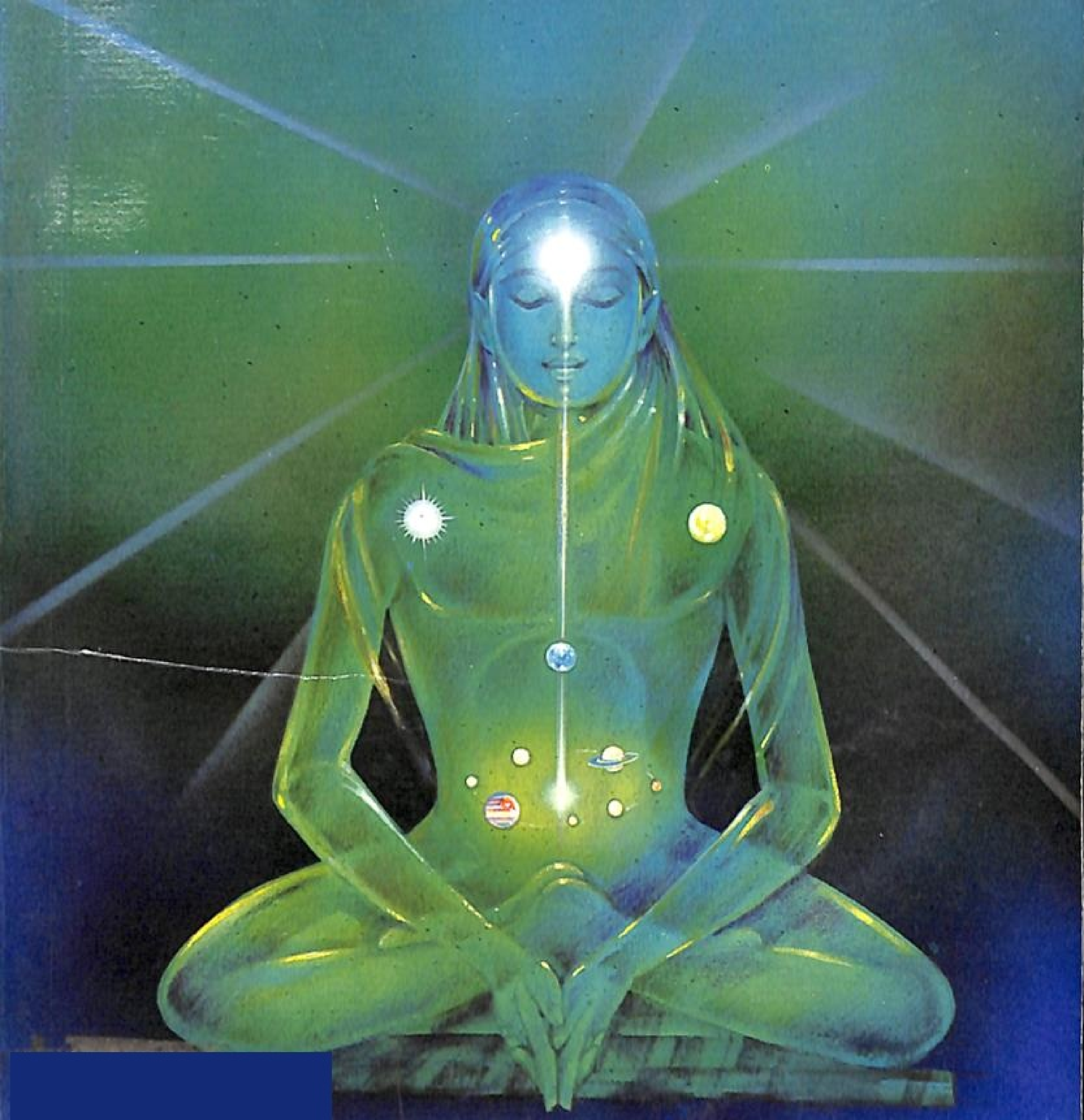


ஆத்மதரிசனம்

ஆத்ம தரிசனம்

ௐ

"என்னுடைய பாதை இறைவனை நோக்கிச் செல்கிறது. வாருங்கள் நம்பிக்கையுடன், அழைத்துச் செல்வேன்"

ஆனந்த் ஜோதி

Other Publications:

Holy Gems	:	Oct. 1989
Holy Passage	:	Oct. 1990
Holy Voice	:	Oct. 1991
அன்னையின் அருள் வழி	:	Jan 1993

First Printed: Jan. 1994

Published by:
Anand Jothi
No.4, Appu Street, II Lane,
Mylapore, Madras - 600 004.
India.

Cover Painting: **Maniam Selven**

Typeset by: **Sharp Graphers,** Madras - 600 034.
© 8277992

Printed by: **Hi-Tech Offset (P) Ltd.,** Madras-14.
© 846681

பொருளடக்கம்

பக்கம்

முன்னுரை
சுவாசம்

அத்தியாயம்

1.	:	சத்குரு	1
2.	:	உண்மையுடன் சேர்க்கை	7
3.	:	குருவைப் புரிந்து கொள்ளும் சீடன்	9
4.	:	நம்மை நாமே திருத்திக் கொள்வது	15
5.	:	அன்னை	53
6.	:	செய்த தவறுகளுக்கு வருத்தித் திருந்துவது	59
7.	:	பாசமும், பற்றும் அவற்றின் வலைகளும்	67
8.	:	ஆன்மிக வளர்ச்சியைப் பற்றிய சிந்தனைகள்	79
9.	:	தியானம்	87
10.	:	இறை தூதர்களின் பாதை	99
11.	:	நம் வாசஸ்தலத்தில் நாம் வசிப்பது	105
12.	:	அனுபவம்	109
13.	:	அமைதி, சமாதி, மௌனம்	115
14.	:	அறிவு, ஞானம், உணர்தல்	121
15.	:	இசை, பாட்டு, கவிதை, நடனம்	127
16.	:	மனம்	131
17.	:	கர்மா அல்லது ஊழ்வினை	161
18.	:	பிறப்பும் இறப்பும்	185
19.	:	பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடுத்தும் முறை	199
20.	:	சீடர்களின் நடைமுறை பிரச்சினைகளும் அவற்றுக்கான தீர்வுகளும்	211

பயிற்சி

I.	சுடர் தியானம்	223
II.	பிரம்ம வித்தை	225

* * * * * * *

முன்னுரை

குரு நாதனுக்கு வணக்கங்கள். அன்னையின் அருளாலும், குருவின் ஆசியாலும், "ஆனந்த் ஜோதி" உண்மையை உணர விழைவோருக்கு **"ஆத்ம தரிசனம்"** என்ற மற்றும் ஒரு புத்தகத்தை வழங்குகிறது.

வையத்தைப் பாலிக்க வான் பெய்த புனித ரத்தினங்களைச் சேகரித்துக் கொண்டு அன்னையின் அருள் வழியில் நடந்தோம். கோயிலை அடைந்து விட்டோம். **"ஆத்மதரிசனத்திற்காக"**, இப்போது கர்ப்பக்ரஹத்துள் நுழையவிருக்கிறோம்.

நம் உடலே கோயில். இந்தக் கோயிலின் கர்ப்பக் கிரஹத்தில்தான் பரமாத்மாவாகிய இறைவன் உறைகிறான். மூலாதாரத்தில் முடங்கிக் கிடக்கும் பிராண சக்தி, குருவின் அருளால் உத்வேகம் பெற்று மேலே எழும்பி, தொண்டைக்கு மேலே மூடிக்கிடக்கும் நடையைத் திறந்து, கபாலத்தின் மையத்தில் கர்ப்பக்கிரஹத்தில் உறைந்திருக்கும் ஆத்மாவை தரிசிக்கிறது.

ஆத்மா என்பது என்ன? ஆத்மா என்பது குரு; ஆத்மா என்பது கலப்பற்ற 'நான்'; ஆத்மா என்பது ஒளி; ஆத்மா என்பது உயிரினங்களைத் தாங்கி நிற்கும் பிராண சக்தி. **"ஆத்ம தரிசனம்"** கிட்டியவனே உண்மையை உணர்ந்தவன். பல பிறவிகளில் சேகரித்த முனைப்புகளை (tendencies) பொசுக்கி ஆத்மாவை தரிசித்து அதோடு இரண்டறக் கலப்பதே தியானம்.

குருவின் அருளால் இரண்டு பயிற்சிமுறைகள் இப்புத்தகத்தில் விளக்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றின் மூலம், உடலையும், மனத்தையும் விஞ்சி நிற்கும் ஆத்மாவைத் தரிசிக்கலாம். இப்புத்தகம், தரிசனம் பெறக் காத்திருப்போர் கரம் சேரப் பிரார்த்திக்கிறோம்.

ஆனந்த் ஜோதி

சுவாசம்

சுவாசம் மிகப் புனிதமானது. இறைவனுடைய கருணையால் அது எல்லாவற்றிற்கும் பொதுவானது. எது சுவாசிக்குமோ அதுதான் ஜீவிக்க முடியும்.

குரு ஒருவர்தான் சுவாசத்தின் இரகசியத்தை அறிந்தவர். சுவாசத்தை வென்றால்தான் எல்லாவற்றையும் வெல்ல முடியும். இது நம்புவதற்கு கடினமானதாய் இருந்தாலும், அதுதான் உண்மை.

இந்தப் புனித வழியில், குருவின் உபதேசத்தால் விடுதலை பெறுவது நிச்சயம். ஆனால், முயற்சி ஒன்றனால்தான் அதை அடைய முடியும். முயற்சி என்பது தியானம் செய்வதாகும். தியானம் என்பது ஸ்மரணம். இந்தப் புனித வழியில் சீரான சுவாசந்தான் ஸ்மரணம். முறையான சுவாசத்தால் ஆத்மா உள்மூச்சு வெளிமூச்சு இன்றி வாழத் தொடங்கும். அப்பொழுதுதான் ஆத்ம தரிசனம் நேரும்.

* * * * * * * *



சத்குரு Dr. நித்தியானந்தம்

1. சத்குரு

சத்குருதான் சுவாசத்தின் இரகசியத்தை அறிந்தவர். எப்படி விளக்கும் அதன் ஒளியும் வெவ்வேறில்லையோ, அப்படியே குருவும் அவருடைய அருள் மொழியும் வெவ்வேறில்லை. குரு தம் கருணையால்தான் இவ்வுலகில் மனித உருவெடுத்து வந்திருக்கிறார். அவர் எதற்கும் கட்டுப்பட்டவரல்ல. அவர் உன்னைப் போலவே தோன்றுகிறார். ஏனென்றால், அப்போதுதான் நீ அவரை அணுகி அவரைப் போல் ஆக முடியும். தீவிரமாக உண்மையை அடைய முயற்சி செய்யும் ஓர் அப்பியாசியிடமிருந்து எந்தக் குருவும் எதையும் மறைக்க முடியாது. ஒருவன் உண்மையை நாடவில்லை என்றால் அவனுக்கு அதைக் கொடுக்கவும் முடியாது. கொடுப்பதும் கொடுக்காமலிருப்பதும் அவருடைய கருணையால்தான். அவர் எதையும் தமக்கென்று எடுத்துக்கொள்வதில்லை.

குருவுக்கு உடனே கீழ்ப்படிவது அடிமைத்தனம் அல்ல; அவ்வாறு செய்வது குருவின் உயர்ந்த நோக்கங்களைப் புரிந்துகொள்வதாகும். இதை உடனே புரிந்துகொள்ளாதவர்கள் முதலில் அவருக்குக் கீழ்ப்படிந்துவிட்டு, பிறகு அதைப் புரிந்துகொள்ளலாம். ஒரு சத்குரு எவரையும் அடிமைப்படுத்துவார் என்று எண்ணுவது புனிதத்தன்மைக்குக் கேடாகும். அவர் மற்றவர்களை விடுவிக்க வந்தவர். ஏனென்றால், அவர் ஒருவர்தாம் 'விடுதலை' ஆவார்.

* * * * * * *

சீடன்: சத்குரு என்பவர் யார்?

குரு: சத்குருவே உன் தாய், தந்தை, அருமை நண்பன், வேலைக்காரன் எல்லாம் ஆவார். அதனால்தான் அவர் உனக்கு மிக நெருங்கியவர் ஆவார். ஒரு குரு எந்த உருவத்திலும் தோன்றுவார். உனக்குத் தெய்விக உருவந் தான் வேண்டுமென்றால் அது போல் தோன்றுவார். உனக்கு உருவங்களே வேண்டாம், தெய்வத்தின் குரல்தான் கேட்க வேண்டுமென்றால் குரலாய் ஒலிப்பார். குருவுக்கு அவருடைய சக்திகளைத் தமக்குத் தோன்றியபொழுது உபயோகப்படுத்துவதற்குச் சக்தியில்லை. அவர் அன்பு ஒன்றுக்குத்தான் உட்பட்டவர்; கடவுளின் விருப்பத்திற்கு முழுமையாகத் தம்மை ஆளாக்கிக் கொள்பவர்.

சீடன்: நமக்கு இறைவன் வழிகாட்டுகிறார் என்று எவ்வாறு அறிந்து கொள்வது?

குரு: நீ எல்லோருக்கும் நல்லதையே எண்ணுகிறாய்; யாருக்கும் எந்த விதமான தீங்கும் நினைக்கவில்லை என்றால், இறைவன்தான் உன்னை

நடத்திச் செல்கிறான் அல்லது அவர்தாம் உன் உள் இருந்து உன்னை அழைத்துச் செல்கிறார் என்று அறிந்துகொள். அதனால் எப்பொழுதும் சந்தோஷமாக இரு. கவலைப்படாதே. துன்பம் நேரிட்டால் மகிழ்ச்சியுடன் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இதுதான் ஞானத்தின் அடையாளம்.

சீடன்: சத்தியத்தின் பாதையில் செல்லவேண்டும் என்று ஒருவனுக்கு விருப்பம் மட்டும் இருந்தால் அது அவனை முழுமையாகக் காப்பாற்றுமா?

குரு: ஆமாம். குருவே அவனைத் தேடி வருவார். அவனால் ஒரு குருவைத் தானாகவே தேடிக் கண்டுபிடிக்க முடியாது. குருதான் அவனைக் கண்டு கொள்வார்.

சீடன்: எனக்கு உண்மையை நாட விருப்பமில்லை என்றால் அப்பொழுதும் நான் காப்பாற்றப்படுவேனா?

குரு: இல்லை. நீ உண்மையை அறிந்துகொள்ளாமலே மடிந்துவிடுவாய். சீடன் உண்மையை அறிந்துகொள்ள விழைந்தால்தான், குரு அவனுக்கு உதவ முடியும். சிஷ்யனுக்கு விருப்பம் இல்லை என்றால் எந்தக் குருவும் அவனுக்கு எந்த உதவியோ, அற்புதமோ செய்ய முடியாது.

சீடன்: அப்பொழுது அது விதிக்கப்பட்டது என்று கொள்ளலாமா?

குரு: இல்லை. அது உன்னுடைய விருப்பத்திற்கு விட்டு வைத்த ஒரு விஷயமாகும். நீ விரும்பினால் உண்மையை அறியலாம். நீ விரும்பாவிட்டால், அதை அறியாமல் இருப்பாய். இதுதான் அடிப்படை.

சீடன்: உண்மையை நாடிச் செல்லும் ஓர் அப்பியாசியைக் குரு கண்டு கொள்வது அவன் வினைப்பயனா அல்லது காலம் கனிந்து வந்த நிலையா?

குரு: அது காலம் கனிந்து வந்த நிலை. ஓர் அப்பியாசி வளர்ச்சியில் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையை அடையும் பொழுது, அவனுக்கு மேலும் வளர்வதற்கு ஒரு குருவின் உதவி தேவைப்படுகிறது. அப்பொழுது குரு அதை அறிந்து, ஏதாவது ஒரு வேடம் தரித்து அந்த அப்பியாசி மேலும் வளர உதவ வருகிறார். கிராமங்களில் மிக வயதானவர்கள் இருப்பார்கள். அவர்கள் தங்களுடைய சிறு குடிசையினுள் ஆடை அணியாமல் அமர்ந்திருப்பார்கள். அவர்கள் வீட்டிலுள்ள சிறியவர்களைக் காணவில்லை என்றால் அவர்கள் ஒரு பட்டாளமே உள்ளே புகுந்துகொள்ளும் அளவிற்கு ஒரு பெரிய ஆடையைச் சுற்றிக்கொண்டு வெளியே செல்வார்கள். வழி தவறிய சிறார்களைத் தேடிக்

கண்டுபிடித்து, அவர்களை அதட்டி, அடித்துத் தங்கள் வீட்டிற்கு அழைத்து வருவார்கள். முதலில் தங்கள் வீட்டினுள் நுழைந்தவுடன் வயதானவர் தம் பெரிய ஆடையைக் கழற்றிவிடுவார். அது போல், குருவும் நமக்கு உதவுவதற்காக ஏதாவதோர் ஆடையை அணிந்து வருவார்.

சீடன்: ஓர் அப்பியாசிக்கு எப்படிக் குருவிடம் அன்பு ஏற்படுகிறது?

குரு: குருவைப் பார்த்த மாத்திரத்தில் அவரிடம் அன்பு செலுத்துவதற்கு ஓர் அப்பியாசிக்குப் பலம் தேவை. இது மிக மேன்மையானதாகும். அந்த அன்பு எதையும் சாராதது. ஏனென்றால், குருவின் அன்பு பொதுவானது. அது தனிப்பட்டவர்மீது செலுத்தும் அன்பில்லை.

சீடன்: மேன்மையானது எது?

குரு: உண்மையை நினைவுபடுத்திக்கொள்வதுதான் மேன்மையாகும்.

சீடன்: ஒரு சீடன் தன் குருவை எப்பொழுது புரிந்துகொள்ள ஆரம்பிப்பான்?

குரு: எப்பொழுது அவனுக்கு அவரிடம் நம்பிக்கை ஏற்படுகிறதோ, அப்பொழுது புரிந்துகொள்ள ஆரம்பிப்பான்.

சீடன்: நம்பிக்கை எதனால் ஏற்படுகிறது?

குரு: சீடன் எல்லா விதமான பிரச்னைகளுக்கும் ஒரு நிரந்தரமான தீர்வு வேண்டுமென்று விரும்புகிறான். அவன் தியானம் செய்யும் பொழுது ஒரு கொசு கடித்தால், அந்தப் பிரச்சினைக்குக்கூட ஒரு நிரந்தரமான முடிவு வேண்டும் என்று விரும்புகிறான். சுருங்கக் கூறின், அவனால் தன் மனத்தைப் புரிந்துகொண்டு அதைத் தன் வசப்படுத்த முடியவில்லை. அதனால் மனத்தைச் சமாளிக்க ஓர் உபாயம் தேடுகிறான். அந்தத் தருணத்தில் அவன் குருவைப் புரிந்துகொள்ள ஆரம்பிக்கிறான்.

சீடன்: ஒரு சீடன் அவனுடைய குருவை எப்பொழுது பிரதிபலிக்கிறான்?

குரு: ஓர் அப்பியாசிக்கு அவனுடைய குரு விசேஷமானவர். அவர் கருணையால்தான் அவன் குருவைச் சந்திக்கிறான். இந்தக் கருணையை அவன் குருவிடமிருந்து பெற்று மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கிறான். அதுதான் பிரதிபலிப்பாகும். ஓர் அப்பியாசிக்குக் குரு மேன்மையைக் கொடுக்கிறார். அந்த மேன்மையை அவன் மற்றவர்களுக்குக் கொடுத்தால்தான் அதைத் தான் குருவிடமிருந்து பெற்றதாக அவருக்கு உறுதிப்படுத்துவதாகும். குருவைப் பொறுத்தவரையில் ஓர் அப்பியாசி முதலில் அவர் சொன்னதைச் செயலாக்க

வேண்டும்; பிறகு, அதைப் புரிந்துகொள்ள முயற்சி செய்ய வேண்டும். ஆனால், மற்றவர்களைப் பொறுத்தவரை அவன் கண்மூடித்தனமாகச் செயல்படக் கூடாது. விஷயத்தைப் புரிந்துகொண்ட பிறகுதான் செயல்பட வேண்டும்.

ஓர் அப்பியாசி உண்மையில் மேன்மையான விஷயங்களைப் பெற்று அதை ஒழுங்காகப் பிரதிபலித்தால்தான் அவன் தன் குருவின் பாரத்தைக் குறைப்பவனாகிறான். ஓர் அப்பியாசி தன் 'உள்' நோக்கி, எதிலும் பற்று இல்லாமல் பொதுவாகச் செயல்பட்டால்தான் இதை அடைய முடியும்.

சீடன்: மற்றவர்களிடம் உள்ள பந்தம் ஒரு மெழுகுவத்தியைப் போல் உள்ளது. ஆனால், குருவினிடம் ஏற்படும் பந்தம் மின்சார வெளிச்சம் போல் மிகப் பிரகாசமாக உள்ளது. அதில் மற்ற சிறு வெளிச்சங்கள் எல்லாம் மங்க வேண்டுமே. ஆனால், அவ்வாறு நேருவதில்லையே, ஏன்?

குரு: இதை நாம் சிறிது மாற்றிக்கொள்வோம். குருவுடன் இருக்கும் பந்தம் ஒரு சூரியனைப் போல் உள்ளது. மின்சார விளக்கு வெளிச்சம் போல் அல்ல. நீ காற்றுகூட உள்ளே நுழைய முடியாத அளவிற்கு ஜன்னல்களையும், கதவுகளையும் இழுத்து மூடிவிடுகிறாய். காற்றுகூட நுழைய முடியாமலிருக்கும் இந்த அறையில் உள்ள அசையும் மெழுகுவத்தியின் வெளிச்சத்தைக் கூர்ந்து கவனிக்க விரும்புவாய்.

சீடன்: சூரிய வெளிச்சம் பிரகாசமாக உள்ளது. எதனால் நாங்கள் கதவை மூடிக்கொள்கிறோம். அது பயத்தாலா?

குரு: அது ஆசையால்தான் நேருகிறது. ஆசை! பாதை இரண்டாகப் பிரிகிறது. ஒரு பாதை உன் வளர்ச்சியை நோக்கி இருந்தாலும் அது பார்ப்பதற்கு அவ்வளவு கவர்ச்சியாக இல்லை. ஆனால், இன்னொரு பாதை மிகக் கவர்ச்சியாக உள்ளது. அந்தத் தருணத்தில் கவர்ச்சியான பாதை உன்னுடைய பாதை அல்ல என்று மிக நன்றாகத் தெரியும். ஆனாலும், ஆனாலும், ஆனாலும் நீ அந்தப் பாதையில் செல்கிறாய். இது இவ்வாறுதான் நேருகிறது. இந்தக் கவர்ச்சியான பாதை உன் வளர்ச்சியை நோக்கிச் செல்லாவிட்டாலும் நீ அறிந்தே விருப்பத்துடன் அதில் செல்கிறாய்.

சீடன்: நம்மை ஆன்மிக வளர்ச்சியில் கொண்டுசெல்லாத பாதை எவ்வாறு கவர்ச்சியாக இருக்கிறது? நம்முடைய அனுமானத்தால் அது கவர்ச்சியாக உள்ளதா?

குரு: ஆமாம். அது உண்மைதான். நீ ஆசைக்கு இடம் கொடுத்தால், இன்னும் கவர்ச்சியாகத் தோன்றும். ஒரு குடிகாரனைப் பேச்சால் அவன் குடிப் பழக்கத்திலிருந்து நிறுத்துவது மிகக் கடினமானது. குடியின் கேடுகளைப்

பற்றி நீ பேசப் பேச, அவன் இன்னும் அதிகமாகக் குடிப்பான். ஏனென்றால் அவன் தான் செய்வது சரி என்று அதைப் பலப்படுத்த விரும்புவான். அதனால்தான் சித்தர்கள் ஆசைகளைக் கண்டு பயந்தார்கள். ஆசைக்கு ஆளாவதற்குப் பதில் அவர்கள் முட்டாளாகவே இருக்க விரும்புவார்கள். அவர்கள் அறிவைக்கூட விரும்புவதில்லை. ஏனென்றால், தாங்கள் அறிவாளியாக ஆகிவிடுவோம் என்று பயந்தார்கள்.

சீடன்: ஒரு குருவுக்கும், சீடனுக்கும் இருக்கும் பந்தம் பலமானது. ஆனால், இதை ஒரு சீடன் எதனால் மறந்துவிடுகிறான்?

குரு: இதுவும் ஒரு பந்தத்தால்தான் இவ்வாறு நேர்கிறது. ஒரு பூகம்பம் ஏற்படும் பொழுதுகூட சில பேர் அவர்களின் பணப்பையைத் தேடிக் கொண்டிருப்பார்கள். அவர்களுக்கு அதனுடன் பலமான பந்தம் இருப்பதால் தான் அப்படி நடந்து கொள்கிறார்கள்.

சீடன்: ஒரு குருவினிடம் இருக்கும் பந்தத்தைவிடப் பலமான வேறு ஏதாவது ஒரு பந்தம் உள்ளதா?

குரு: இல்லை. அவ்வாறு இருக்க முடியாது. நீ குருவைப்பற்றிக் கேட்டிருந்தாலும், அவரைக் காண்பதற்கு நேரம் வரவேண்டும். ஒரு குருவுக்கும் சீடனுக்கும் இடையில் உள்ள பந்தம் தொடர்ச்சியானது.

* * * * * * *

2. உண்மையுடன் சேர்க்கை

உண்மை எப்பொழுதும் காயப்படுத்துவதில்லை. காயம், அதை ஏற்றுக் கொள்ளாததால்தான் உண்டாகிறது. ஆரம்பத்தில் உண்மை உன்னைக் கவர்ந்துவிடுவதால் அதைச் சார்ந்து வாழத் தொடங்குவாய் பிறகு, நீயும் உண்மையும் வேறில்லை என்று அதோடு ஒன்றிப்போய்விடுவாய்.

* * * * * * *

சீடன்: எந்த அளவுக்கு நாம் உண்மையுடன் ஒப்பந்தம் செய்துகொள்ள வேண்டும்?

குரு: நீ உண்மை ஒன்றையே விரும்பி அதனுடன் ஒப்பந்தம் செய்துகொண்டு, அதையே திருமணம் செய்துகொண்டு, அதனுடன் வாழ வேண்டும். உண்மையை விரும்புவோர் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டவர்கள். ஏனென்றால், இறுதியில் அவர்களே உண்மையாகிறார்கள். அதனால் மற்றவர்கள் அவர்களால் ஈர்க்கப்படுகிறார்கள். நீ உண்மையாக இருப்பதற்கு எல்லாவற்றையும் தியாகம் செய்யத் தயாராக இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் உண்மை தன்னுடைய முழு ஸ்வரூபத்தையும் உனக்குக் காண்பிக்கும்.

சீடன்: மனம் அடங்கிவிட்டால் என்ன நேரும் ?

குரு: மனம் அடங்கிவிட்டால் அது ஆத்மாவுடனோ அல்லது மனசாட்சியுடனோ ஒன்றிப்போய்விடும். அப்பொழுது எல்லாம் தெளிவு பெறும். அதனால் எல்லோரும் அவரவர் மனசாட்சியின் குரலைக் கேட்டு அதற்கேற்றாற்போல் நடக்க வேண்டும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் மக்கள் பொதுப் பணியில் ஈடுபட்டு, அதில் சிக்கிக் கொண்டு, தங்கள் முன்னேற்றத்தை மறந்துவிடுகிறார்களே.

குரு: ஒருவன் ஆன்மிகப் பணியில் ஈடுபட்டு இருந்தாலும், அதில் அவன் சிக்கிக்கொண்டுவிட்டால் அவனால் ஆத்மாவை உணர முடியாது.

சீடன்: அன்பு, அடக்கம், பொறுமை ஆகியவை ஆத்மாவின் இயற்கையான தன்மைகள் அல்லவா?

குரு: குரு, தம் சீடனுக்கு ஆத்மாவின் இத்தகைய இயற்கையான தன்மைகளை ஓயாமல் நினைவூட்டுகிறார். ஆனால், சிஷ்யன், அவன் தானே சேர்த்துக்கொண்டிருக்கும் அறியாமையினால் இந்த உண்மைகளை நினைவுபடுத்திக்கொள்ள உறுதியாக மறுக்கிறான். அதற்குப் பதில் தானாகவே தேடிக்கொண்ட விஷயங்களைப் பெரிதாக மதித்துக் கொண்டாடுகிறான். இதுதான் பிரச்சினை. அதனால் ஒரு குருவுக்கு மிகப்பெரிய கஷ்டம் என்னவென்றால், அவர் சீடனின் மனத்தை அதன் இயற்கையான தன்மைக்கு இழுத்துச் செல்ல எவ்வளவு முயன்றாலும், அது அவன் சேர்த்துக்கொண்ட தேவையற்ற இயற்கைக்கு மாறான விஷயங்களுக்குச் செல்லும்.

* * * * * * *

3. குருவைப் புரிந்துகொள்ளும் சீடன்

ஒழுக்கம் என்பது சீடனுக்கு மிக முக்கியமான விஷயமாகும். சீடன் ஆன்மிகப் பாதையில் செல்வதற்கு உண்மையான முயற்சி செய்வது, அவன் தன் குருவுக்குச் செலுத்தும் நன்றியின் அடையாளமாகும் ஒரு சீடனுக்கு ஒரு குழந்தையின் இதயமும், ஒரு துறவியின் ஞானமும், ஒரு வீரனின் ஆவேசமும் இருக்க வேண்டும். இதுதான் ஒரு சூலத்தின் மும்முனை ஆகி, அவுக்கு வெற்றியைச் சேர்க்கும். அதன் தண்டு அடக்கத்துடன் விருப்பமாகச் செயல்படும் அப்பியாசி ஆகும்.

* * * * * * *

சீடன்: குருவைப் புரிந்துகொண்டு நடக்கும் சீடனாக ஒருவன் எவ்வாறு உருவாகிறான்?

குரு: குருவின் வார்த்தைக்கும் உன்னுடைய இதயத்திற்கும் இடையில் எந்தத் தடையும் இல்லையென்றால், நீ குருவைப் புரிந்துகொள்ளும் சீடனாக உருவாவாய். ஆரம்பத்திலேயே எதையும் ஆராய்ச்சி செய்யாதே. அதற்கு எந்தவிதமான அவசரமும் இல்லை. அவருடைய வார்த்தைகள் உன் உள் இறங்கி வெளியில் துளிர் விட்டு வந்து உனக்கு அதன் பொருளை விளக்கும்.

நீ அவருடைய கருவியாக இருக்க விரும்பினால் நீ காத்திருக்க வேண்டும். அப்படிக் காத்திருப்பதில் சிரமம் தோன்றினால் அது பிரயோஜனமில்லை. நீ குருவினிடம் அன்பு செலுத்தினால் அவருடைய சீடனாக ஆகிறாய். ஏதாவது ஒன்றைச் சாதிப்பதின் மூலம் நீ அவருடைய சீடனாக முடியாது. அன்பால் மட்டுந்தான் அவருடைய சீடனாக இருக்க முடியும்.

யாரெல்லாம் அடக்கமாக இருக்கிறார்களோ, அவர்களெல்லாம் எப்பொழுதும் மாணவர்களாக இருப்பார்கள். அவர்களிடமிருந்துதான் இவ்வுலகம் பல விதமான விஷயங்களைப் புரிந்துகொள்கிறது. அதனால் ஒரு மாணவனாகவே இரு. ஆர்வத்துடன் கற்றுக்கொள்ள விரும்புபவனும் ஓர் அடக்கமான அப்பியாசியும் எப்பொழுதும் எல்லாவற்றிற்கும் செவி சாய்ப்பான். அவன் வாழ்க்கையில் பார்க்கும் விஷயங்கள், அதாவது, ஒரு மரத்திலிருந்து உதிரும் இலையோ குச்சியோ, அளவற்ற வானமோ, கடலலைகளோ இவை எல்லாவற்றிலிருந்தும் பாடம் கற்றுக்கொண்டு தன் வாழ்க்கையை மேன்மைப்படுத்திக்கொள்வான். அவனுக்கு எதுவும் விசித்திரம் இல்லை. ஓர் அப்பியாசி அவனுடைய குருவின் கரங்களாக மாற வேண்டும். அவன் செயல்படும் போது அவருடைய செயலுக்கு ஏற்றவாறு செயல்பட வேண்டும் குருவின் மேன்மையின் தொடர்ச்சியாக அவன் இருக்க வேண்டும்.

சீடன்: ஓர் ஆன்மிக அப்பியாசியின் குறிக்கோள் என்ன?

குரு: தன்னைத் தான் உணர்வதும், பிறருக்குப் பணி செய்வதும் ஆகும். ஒவ்வொருவனின் குறிக்கோளும் அதுவே. இருட்டில் தடுமாறிக்கொண்டு, அறிவில்லாத வார்த்தைகளைக் கூறுவதற்குப் பதில், நாம் நம் குறிக்கோளை உணருவது முக்கியம். நீ எந்த உபதேசமும் செய்ய வேண்டாம். மௌனமாக உனது குறிக்கோளை நோக்கிச் செல். நீ செல்லும் பொழுது ஒரு பாதையில் இருக்கிறாய்; அந்தப் பாதை ஓர் இறுதியான ஸ்தலத்தில் உன்னைக் கொண்டு சேர்க்கும். அதுதான் உன்னுடைய குறிக்கோள். குறிக்கோளை நோக்கி ஆர்வத்துடன் செல்வதற்கு நீ படித்த மேதையாக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

சீடன்: ஆத்ம உணர்வு என்றால் என்ன?

குரு: அறிவையும் தாண்டி ஞானத்தை அடைவதே ஆத்ம உணர்வு ஆகும். விடுதைல பெற்ற ஆத்மா ஞானத்திற்கும் மேலே உள்ளது. அது (விடுதலை பெற்ற ஆத்மா) ஞானத்தை உண்டாக்கும்; ஆனால், ஞானத்திற்கு உட்பட்டதல்ல.

சீடன்: மேலும், மேலும் ஆன்மிகமாய் வளர்வதற்கு நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்?

குரு: வளர்ச்சி என்பது ஓர் இயற்கையான் விஷயம். ஒரு செடியை எடுத்துக் கொள். அது நாள்தோறும் தன் வளர்ச்சியை அளந்து பார்ப்பதில்லை. அது நான் வளரவில்லையே என்று பெரிதாகக் கத்தி அழுவதில்லை. நம் தேகத்தை எடுத்துக்கொண்டால், அதன் வளர்ச்சியை நாள்தோறும் அளப்பதில்லை. நம் தலையில் வளரும் முடியை நாள்தோறும் எண்ணுவதில்லை. அது போல் நம் உள்ளும் அவ்வாறு இருக்க வேண்டும். நம் உடலுக்குத் தேவையான உணவும் கொடுத்து, ஓய்வும் கொடுத்தால் அது வளரும். அதே போல், அதையே நம் உள்ளும் பொருத்திப் பார்க்க வேண்டும். ஒரு விதை வெடித்துப் பூமியிலிருந்து பணிவுடன் வெளிவரும் போதுதான் அந்த வளர்ச்சிக்கு வேதனை உண்டாகும். வேதனை என்பது வியாதியாகும். ஆன்மிக வழியில் சென்று உனக்குக் கொடுக்கப்பட்ட விஷயங்களை வைத்து வளர வேண்டும். ஒரு சின்னச் செடி எப்படி மரமாய் வளர்ந்து பழங்களைத் தருகிறதோ அது போல் நீ சுமக்க வேண்டிய பழங்கள் அன்பும் உண்மையுமாகும்.

சீடன்: எப்பொழுதும் ஆன்மிகமாய் எவ்வாறு இருப்பது?

குரு: எப்பொழுதும் என்றால் விழிப்பில், உறக்கத்தில், கனவுகளில், கோவிலில் இருக்கும்போது ஒரு கடைவீதியில் இருந்தாலுங்கூட, ஏன் உன் இறுதி சுவாசம் வரை ஆன்மிகமாய் இரு.

நீ சந்தோஷமாய் இருக்கலாம். ஆனால், எப்பொழுதும் உன் உள் வசிக்கும் ஆத்மாவுடன் தொடர்பு கொண்டு இருக்க வேண்டும். அப்படியிருந்தால் நீ உன் உள் வசிக்கும் இறைவனுடன் நிரந்தரமான தொடர்பு கொண்டவனாயிருப்பாய். அப்பொழுது நீ தேநீர் அருந்தினாலும் அல்லது ஓய்வு எடுத்துக்கொண்டிருந்தாலும், எது செய்துகொண்டிருந்தாலும் எந்த வித்தியாசமும் ஏற்படாது.

கடவுளின் அன்பு எல்லோருக்கும் எப்பொழுதும் உண்டு. அவரை நினைத்தாலும் நினைக்காவிட்டாலும் அதனால் எந்த விதமான பாதிப்பும் இல்லை. ஆனால், ஒன்று, நீ மோகத்தின் வலையில் சிக்கிக்கொண்டு, அதற்கோர் ஆன்மிகமான பெயரைக் கொடுத்தால் அது மிகத்தவறு.

சீடன்: பயனுள்ள ஆன்மிக உரையாடல் என்றால் என்ன?

குரு: ஒரு விவாதத்திற்குப் பிறகு நீ முன் இருந்ததைவிடச் சிறந்து விளங்கினால் அதுதான் ஒரு பயனுள்ள ஆன்மிக உரையாடல் ஆகும். உன் மனமும், புத்தியும் தம்மை நிறுவிக்கொள்ளுமாறு உரையாடல் இருக்குமானால் அதனால் உனக்கு எந்த விதமான நன்மையும் ஏற்படாது. அது ஓர் ஆன்மிக உரையாடலும் ஆகாது. அதை நீ தவிர்க்க வேண்டும்.

சீடன்: எனக்கு ஒரு குறிக்கோளை நோக்கிச் செல்வதற்கு எந்த விதமான ஆர்வமும் இல்லை. எனக்கு மதம், ஜாதி ஆகியவற்றில் எந்த நம்பிக்கையும் இல்லை.

குரு: நீ உன் குறிக்கோளை அறியவில்லையென்றால் அல்லது குறிக்கோள் தேவை என்று, அதன் அவசியத்தைச் சரியாக உணரவில்லை என்றால், ஜாதி, மதம் பற்றிப் பேசுவது வியர்த்தமாகும். அது தேவையற்ற விவாதத்தையும் சச்சரவையுந்தாம் உண்டாக்கும். உனக்கு எந்த விதமான உபயோகமும் அளிக்காது. அதனால் முதலில் உனக்கு ஒரு குறிக்கோள் இருப்பது அவசியம். அந்தக் குறிக்கோள்தான் ஆத்மாவை உணர்வதும், பணி செய்வதும் ஆகும். அதனால், உடனே ஒரு குறிக்கோளை எடுத்துக்கொள். அதை நோக்கிச் செல். குறிக்கோளை நோக்கிச் செல்வதற்கு, நீ ஒரு பண்டிதனாக இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியம் இல்லை.

சீடன்: எனக்குப் பக்தியோ அல்லது ஒரு தனிப்பட்ட தெய்வத்திடம் அபிமானமோ இருந்ததில்லை. அதை ஏற்படுத்துவதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும் ?

குரு: கட்வுள் என்பவர் நம் உள்ளும் வசிக்கிறார். அதே சமயத்தில் எல்லா இடத்திலும் நிறைந்தும் இருக்கிறார். நீ விரும்பினால் மரம் பேசும். நீ

விரும்பினால் வானத்திலிருந்து அருள் மொழிகள் உனக்கு வரும். நீ விரும்பினால் மட்டுந்தான் இவ்வாறு ஏற்படும். நீ எப்பொழுதும் உன் 'உள்' வசிக்க வேண்டும். 'உன்னைத்' (ஆத்மா) தவிர வேறு எதுவும் இல்லை என்று அறிந்துகொள். உன் 'உள்' வசிக்கும் இறைவனும் ஆத்மாவும் ஒன்றுதான்.

சீடன்: நம் உள் இருக்கும் ஆத்மாவுடன் எப்பொழுதும் தொடர்பு வைத்துக் கொள்வது அவசியமா?

குரு: ஒரு படகில் செல்லும் பொழுது துடுப்பைப் பின்னே தள்ளினால்தான் படகு முன்னோக்கிச் செல்லும். அதே போல், நீ உன் ஆத்மாவுடன் ஐக்கியமாகி 'உள்' வாழ்வு வாழ்ந்தால்தான், உன் வெளி வாழ்விலும் நீ வெற்றி பெற முடியும். மக்கள் இதைப் புரிந்துகொள்ளவில்லை. துடுப்பைப் பின்னோக்கித் தள்ளும்போது படகு முன்னோக்கிச் செல்வது போல், நீ உன் 'உள்' வாழ்வில் அக்கறை காட்டினால் உன் வெளி வாழ்வு ஏற்றமாகவும் தடையின்றியும் இருக்கும்.

சீடன்: இதைப்பற்றிச் சிறிது விவரமாகக் கூறவும்.

குரு: ஒரு படகு உனக்குக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. நீ அதன் அழகில், அதன் துடுப்பின் நேர்த்தியில் லயித்துப் போகலாம். ஆனால், நதியில் நிற்பது அதன் வேகத்தின் தயவினால்தான் என்பதை நீ மறக்கக்கூடாது. ஆரம்பத்தில், நீ துடுப்பு போடும் போது தண்ணீரை வாரி இறைத்து அதில் நனைந்து விடுவாய். துடுப்பைப் போடும் லாகவம் உனக்குக் கை வராததால் படகு முன்னே செல்வதற்குப் பதில் வட்டமடிக்கும். அதைச் சரிவரக் கற்றுக்கொள்ள அதிக முயற்சி தேவை. எப்படியிருப்பினும் உன்னைப் பத்திரமாகக் கரை சேர்ப்பதற்குக் கை தேர்ந்த படகோட்டிகள் உள்ளனர். நீ எவ்விதம் அம்மாதிரிப் படகினுள் ஏறுகிறாய்? ஒன்று, உனக்குச் சொந்தமாகப் படகு இல்லை; இரண்டாவதாக, உனக்கு நதியைக் கடந்து செல்ல வேண்டும்; மூன்றாவதாக, உனக்கு நீந்தத் தெரியாது; நான்காவதாக, நீ அந்தப் படகோட்டியை நம்புகிறாய். படகோட்டி அவன் படகில் ஏறுவதற்கு எந்த விதமான நிபந்தனைகளையும் வைப்பதில்லை. யார் வேண்டுமானாலும் வரலாம். ஆனால், படகில் செல்லப் பயந்தவர்கள், கை தேர்ந்த படகோட்டியின் கவனத்தைக் கலைக்கக்கூடும். நீ படகில் ஓய்வெடுத்துக்கொண்டோ, ஏன் நின்றுகொண்டோகூட இருக்கலாம். ஆனால், படகில் குதித்து எல்லோரையும் தண்ணீரில் தள்ளிவிடக்கூடாது.

சீடன்: படகில் ஆர்ப்பாட்டம் செய்து குதிப்பவர்களை என்ன செய்ய வேண்டும்?

குரு: அவர்களை எச்சரிக்க வேண்டும். அவர்களுக்குப் புத்திமதி கூறி அவர்கள் கவனத்தை, குழந்தைகளின் கவனத்தைத் திசை திருப்புவது போல், திசை திருப்ப வேண்டும். அவர்கள் படகில் குதிப்பதால் எதையும் சாதிக்க

முடியாது என்பதை அவர்களுக்குத் தெளிவாகப் புரியும்படி செய்ய வேண்டும். படகோட்டிக்கு நதியின் வேகமும், அதன் சுழல்களும், அதன் அடியில் மறைந்திருக்கும் பாறைகளும், காற்றின் போக்கும் அத்துப்படி. அவன் கட்டளையை மீறினால் படகு கவிழ்ந்துவிடும். அதனால் படகில் பயணம் செய்பவர்கள் அமரிக்கையாக இருக்க வேண்டும் என்று அவர்களுக்குப் புரிய வை. ஓர் அறையில் உள்ளவர்கள் ஆர்ப்பாட்டம் செய்தால் அவர்களைக் கதவு வழியாக வெளியேற்றலாம். ஆனால், படகிலிருந்து எவ்விடத்திற்கு வெளியேற்றுவது? சுற்றிலும் இருப்பது ஆழம் தெரியாத நதியல்லவா? படகிலிருந்து வெளியே குதித்தால் அது அவர்களின் முடிவாகும்.

சீடன்: ஒருவன் படகில் குதித்து ஆர்ப்பாட்டம் செய்யும் பொழுது நாம் நம்முடைய நிலையை இழக்காமல் உறுதியாக இருப்பது அவசியம் அல்லவா?

குரு: மக்கள் தாங்களாகவே ஒரு முடிவை எடுத்துக்கொண்டால், அதை உன்னால் தவிர்க்க முடியாது. உனது கொள்கையைப் பின்பற்றி நடப்பதிலும், உள் சக்தியை உன்னிடம் தக்க வைத்துக்கொள்வதிலுந்தான் கவனம் தேவை. ஆன்மிக வழியில் செல்லும் பொழுது, அந்த வழியில் வந்தவர் இவ்வாறான கொள்கைகளைப் பின்பற்றுவது அவசியம் இல்லை என்று எண்ணினால், உன்னால் எதையும் செய்ய முடியாது. நீ அவர்களிடமிருந்து விலகி இரு.

* * * * * * * *

4. நம்மை நாமே திருத்திக் கொள்வது

ஒரு மனிதனின் குணம் சிறிதளவு மாறுவதுகூடக் கடினமாக உள்ளது. ஏனென்றால், மனநிலையில் மாற்றம் ஏற்படுவது என்பது மிகக் கடினமான விஷயமாகும். நிறைய மாற்றங்கள் மனம் ஏற்றுக்கொள்ள மறுப்பதால் தடுக்கப்படுவதில்லை; ஆனால், அகங்காரத்தால் தடுக்கப்படுகிறது. அவன் மாற வேண்டும் என்று விரும்பினால் தன்னை மாற்றிக்கொள்ள முடியும். ஆனால், மாற வேண்டும் என்ற விருப்பம் ஸ்திரமாக எல்லாச் சமயங்களிலும் அவனுள் ஆழ்ந்து இருக்க வேண்டும்.

* * * * * * * *

சீடன்: ஒரு சத் சங்கத்தில் கொள்கைகள் இருப்பது அவசியமா?

குரு: மனிதன் இறந்தாலும் அவன் கொள்கைகள் அழிவதில்லை. சத் சங்கமாயிருந்தாலும், தனி நபராயிருந்தாலும் கொள்கை இருப்பது மிக்க அவசியம்.

சீடன்: சில கொள்கைகளைப் பின்பற்றுவதில் பிடிவாதமாய் இருப்பது தவறா?

குரு: நீ சுதந்தரமாக இருக்கிறாய் என்ற உணர்வு உனக்கு இருந்தால்தான், உன்னால் எல்லா விஷயங்களையும் நேரான முறையில் பார்க்க இயலும். ஆனால், 'பிடிவாதம்' என்ற குணம், விஷயங்களை நேரான முறையில் பார்ப்பதைக் கடினமாக்கிவிடுகிறது. அதனால், நான் உனக்கு இந்தக் குணத்தை எவ்வாறு கையாள்வது என்று ஒரு மேன்மையான முறையைக் கூறுகிறேன். பிடிவாதத்தை ஒரு நொடியில் முற்றிலும் எரித்துவிடுவதோ, கழற்றி எறிவதோ சுலபமான காரியமில்லை. அதனால் அதை நன்முறையில் பயன்படுத்தக் கற்றுக்கொள். உண்மையைப் பின்பற்றுவதில் பிடிவாதமாக இரு. இதுதான் 'மாற்றம்'. அதனால்தான் இறை தூதர்கள், 'அவன் நல்லவன் ; இவன் தீயவன்', என்று கூறுவதில்லை. மனிதர்களில் 'மாறியவன்', 'மாறாதவன்' என்று இரு வகைதான் உண்டு. மாறுவது என்றால் என்ன? ஒரு விஷயத்தை நம்பி அதற்கேற்றாற்போல் மாறுவதா? இல்லை! ஒரு மதத்திலிருந்து மற்றொரு மதத்திற்கு மாறுவதா? இல்லவே இல்லை! யாரெல்லாம் தங்கள் குணக்கேடுகளை உண்மைக்குப் பணியச்செய்து குணநலன்களாக மாற்றுகிறார்களோ அவர்கள்தாம் 'மாறியவர்கள்' என்று அழைக்கப்படுகின்றனர். இது எல்லா மனிதனுக்கும் பொருந்தும். மணிக்கணக்காகத் தியானம் செய்யும் யோகியானாலும் சரி, தெருவில் நடக்கும் சராசரி மனிதனாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது அழகான குழந்தையாக இருந்தாலும் சரி, 'மாற்றம்' என்பது எல்லோருக்கும் ஒரே விதந்தான்.

உன்னுள் தீய குணங்கள் சேராமல் பார்த்துக்கொள்வதில் பிடிவாதமாய் இரு. சாத்தானின் தீய செயல்களுக்கு இரையாகாமல் இருப்பதில் பிடிவாதமாய் இரு. எப்படிக் கடவுள் மறைமுகமாக இருக்கிறாரோ அப்படியே சாத்தானும் மறைமுகமாக இருக்கிறது. அதனால்தான் பிரச்சினை உண்டாகிறது. உன்னுடைய எல்லா விதமான அகங்காரத்தையும் மாற்றி நல்வழியில் பயன்படுத்து. "நான் முன்னைவிட மேம்பட்டுவிட்டேன்" என்று எண்ணக் கூடாது. "நான் இன்னும் மாற வேண்டும்" என்ற பிரார்த்தனை நம்முள் இருக்க வேண்டும். மனத்தில் வெளிவட்டம் உள்ளது. உன் அகங்காரத்தை அங்கே வை. துவாரபாலகர்கள் வாசற்கதவின் அருகில்தான் இருப்பார்கள். கர்ப்பகிரஹத்தில் கடவுளைத்தவிர வேறு யாரும் இல்லை. அது போல், உன்னுடைய அகங்காரத்தை மனத்தின் வெளிவட்டத்தில் வைப்பாயானால் உன்னுள் தேவையற்ற, விரும்பத்தகாத குணங்கள் நுழைய சாத்தியமில்லை. நாம் நம்முடைய ஒவ்வொரு குணக்கேட்டையும் ஆராய்ந்து, அதை மாற்றி நல்ல விதமாகப் பயன்படுத்திக் குண நலனாக்க வேண்டும். அகங்காரத்தைச் சுலபமாய் மாற்றிக்கொள்ளலாம். அது வெளிப்படையான தன்மையாகும். ஆக, இத்தகைய வழிமுறைகளைப் பயன்படுத்தினால் நாம் முன்னேறலாம்.

சீடன்: நாம் எந்தக் குணக்கேடுகளையெல்லாம் தவிர்க்க வேண்டும்?

குரு: எவையெல்லாம் உன் முன்னேற்றத்திற்குத் தடையாக உள்ளனவோ அவற்றையெல்லாம் தவிர்க்க வேண்டும். எடுத்ததற்கெல்லாம் அழ வேண்டும் என்ற இயல்பு உனக்கிருந்தால் அதைத் தவிர்க்க வேண்டியதில்லை; அதை மாற்றிக்கொள். பிறருக்காக அழு. கடவுளின் பெயரைக் கேட்டால் அழு. உன் அழுகைக்கு உன்னால் இவ்வாறு அழகு சேர்க்க முடியவில்லை என்றால் அப்போது அதைத் தவிர்த்துவிடு. இரண்டு குணங்களை எடுத்துக்கொள்வோம். ஒன்று, சிரிப்பது; மற்றொன்று, கேலி செய்வது. சிரிப்பில் வெறுப்பு நுழைந்தால் அது கேலியாக மாறிவிடும். சிரித்து சந்தோஷமாக இருப்பது குணப்படுத்தும், விரிவுபடுத்தும், ஏன் உன்னை உயர்த்தவும் செய்யும். ஆனால், உன் சிரிப்பில் வெறுப்பு கலக்குமானால், அது கேலியாகிப் பிறரைத் துன்புறுத்தும். பிறரை வெறுப்பினால் கேலி செய்வது உன் வளர்ச்சியைத் தடை செய்யும். வெறுப்பைத் தவிர்த்தாயானால் சிரிப்பும் வேடிக்கையுந்தான்.

ஒழுக்கத்தினிடையே பிடிவாதம் நுழைந்தால் அதனால் ஒரு விதமான இறுக்கம் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. நீ தினந்தோறும் தியானப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். நீ பயிற்சி செய்யாமல் இருப்பதற்கு எந்த விதமான காரணமும் கூறக்கூடாது. ஆனால், அதே சமயத்தில் உன்னால் தவிர்க்க முடியாத காரணங்களால் தியானப் பயிற்சி செய்ய முடியவில்லையென்றால் அதற்காக நீ உன் தலையைச் சுவரில் மோதிக்கொள்ளக்கூடாது.

நான் உன்னை ரோஜா மலர் கொண்டுவரச் சொன்னேன் என்றால், நீ உடனே தோட்டத்திலோ அல்லது கடைவீதியிலோ சென்று தேடுவாய். அப்படி முயற்சி செய்தும் உனக்கு ரோஜா மலர் கிடைக்கவில்லையென்றால்

அதற்காக வருந்தவும் கூடாது. ஒரு ரோஜாவை உண்டாக்குவது உன்னுடைய சக்திக்கு உட்பட்டதல்ல. அதனால் பிடிவாதம் என்ற குணம் அகங்காரத்தின் தூரத்து உறவாகும். அதனால் அதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

சீடன்: தன்னம்பிக்கையை எவ்வாறு உருவாக்க முடியும்?

குரு: அகங்காரம் ஒழிந்தால் நம்பிக்கை உண்டாகும். என்னால் இதைச் செய்ய முடியும், அதைச் செய்ய முடியும், என்று கூறித் திரிவது நம்பிக்கை ஆகாது. உண்மையில் ஒருவனுக்கு நம்பிக்கை உண்டாவது அவன் தன் ஆத்மாவைப்பற்றி அறிந்து கொண்ட பிறகுதான். ஆத்மாவைப் பற்றி எவ்வாறு அறிந்துகொள்வது? நீ ஆத்மா இன்றி வேறு எதுவும் இல்லை என்று முதலில் அறிந்துகொள். உன்னுடைய புலன்களை வசப்படுத்தினால்தான் உன்னுடைய ஆத்மாவை அறிந்துகொள்ள முடியும். முதலில் அகங்காரத்தை விட வேண்டும். அகங்காரத்தை ஒழித்தால்தான் அடக்கம் வரும்.

சீடன்: நம்முடைய வாசனைகளால்தான் அகங்காரம் உண்டாகிறதா?

குரு: நீ எதை விதைத்தாயோ, அதை அறுவடை செய்வாய். உழவன் முதலில் மண்ணைப் பரிசோதிப்பான். நெற்பயிர் வளர வேண்டிய இடத்தில் தாமரை வளரமுடியாது முதலில் அந்த நிலத்தில் தேவையற்ற பயிர்களையெல்லாம் ஒழிக்க வேண்டும். பூச்செடிகள் இருந்தாலும் அவற்றையும் களைய வேண்டும். நிலத்தில் நெற்பயிரை விளைவிக்க விரும்பினால் அங்கு மல்லிகைக் கொடியை அனுமதிக்கக்கூடாது. அதனால் உழவன் புல்லென்றும் பூவென்றும் பார்க்காமல் நன்றாக உழுவான். இதில் எந்தச் சுருக்கு வழியும் கிடையாது.

அகங்காரம் என்றால் என்ன? உண்மையைக் காண மறுப்பதே அகங்காரம். உழவன் நிலத்தை உழுதுவிட்டு எல்லாம், கடவுள் பார்த்துக் கொள்வார் என்று சும்மாயிருந்தால் அவனுக்கு என்ன கிடைக்கும் ? ஒரே ஒரு நாள் மட்டும் உழுவதால் பலன் கிடைக்காது. ஒரு வேலையை எடுத்துக்கொண்டால் அதை முழுமையாகச் செய்ய வேண்டும். அது போல், நாம் எப்பொழுதும் அகங்காரத்தைத் தவிர்த்து ஒரே மாதிரியாக அன்பாகவும் அடக்கமாகவும் இருக்க வேண்டும்.

சீடன்: ஆரம்பத்தில் எப்பொழுதும் அடக்கமாக இருப்பது சாத்தியம் இல்லை அல்லவா?

குரு: நீ அடக்கமாக இருக்க வேண்டும் என்ற அவசியத்தை எந்நேரமும் உனக்கு நீயே நினைவுபடுத்திக்கொண்டு, அதற்கு முயற்சி எடுத்துக் கொண்டால் அது சாத்தியமாகும். விஸ்வாமித்திர மஹரிஷியைப் போல் உயர்ந்த போர் வீரர் யாருமில்லை. அதே சமயத்தில், அவரைப் போல் பணிவும் அடக்கமுமான மனிதனும் வேறு ஒருவருமில்லை. அவர் மிக அடக்கத்துடன் பிரார்த்தனை செய்தார். அவர்மீது வரங்கள் பொழிந்த போது அவர் அதை

மரியாதையுடனும், அடக்கத்துடனும் இறைவனின் ஆசியாக ஏற்றுகொண்டார். தான் எப்பொழுதும் அடக்கத்துடன் இருந்தால்தான் இறைவன் ஆசி நிலைத்து நிற்கும் என்று அவர் உணர்ந்தார். அவர் பிரம்ம ரிஷியானது அவரது வல்லமையினால் அல்ல, அடக்கத்தினால்தான். விஸ்வாமித்திரைப் போல் நீ கடும் தவம் செய்தும், கடும் சோதனைகளைச் சந்தித்தும் சாதனை புரிய வேண்டியதில்லை. உனக்கு எல்லா விஷயங்களும் ஆசீர்வதிக்கப்பட்டுச் சுலபமாகக் கொடுக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஆனாலும், அடக்கமாக இருப்பதற்கு உனக்கு மிகக் கடினமாக உள்ளது என்றால் அதுமாயையால் தான்.

சீடன்: அடக்கமாய் இருப்பதாலேயே ஒருவன் உயர்ந்துவிடுவானா?

குரு: அடக்கத்துடன் இருக்க வேண்டியது மிக அவசியமும் முக்கியமுமான ஒன்று என்று ஒருவன் உணர்ந்துவிட்டால் பிறகு மற்றவையெல்லாம் சுலபமாகக் கைகூடும். அவன் மேன்மேலும் உயர்வடைவான். அடக்கத்துடன் இருக்க வேண்டிய அவசியத்தை, அகங்காரத்துடன் ஆடும் மனிதன் உணராத போது அவன் அகங்காரம் அடங்கும்படியான சூழ்நிலை உண்டாகிறது. அகங்காரம் அடிபட்டதும், அந்த அதிர்ச்சியில் அடக்கத்துடன் இருக்க வேண்டிய அவசியம் அவனுக்குப் புரிகிறது. அதனால் நன்மை ஏற்படுகிறது. இவ்வுலகில் பலர் தவறு செய்து, பிறகு அதை உணர்ந்து, தங்களைத் திருத்திக் கொண்டு மேன்மை அடைந்திருக்கிறார்கள்.

சீடன்: அடக்கத்தை எப்படி நம்மிடம் தக்க வைத்துக்கொள்வது?

குரு: ஒரு குழந்தையைப் போல் உள்ளம் இருந்தால் அடக்கம் இருக்கும். அடக்கம் வெளியிலிருந்து வருவதில்லை, அது நம்முள்தான் இருக்கிறது. அதைக் கண்டுகொள்வது மிகக் கடினம். நீ எப்பொழுதும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தால் உன் உள்ளம் குழந்தையின் உள்ளம் போல் தூய்மையாய் இருக்கும். அதை உன் உள் தக்க வைத்துக்கொள்ளலாம். மகிழ்ச்சியாக இருப்பவன் பிறரையும் மகிழ்விப்பான்.

சீடன்: சில சமயங்களில் நான் அமைதியை இழந்து சிக்கிக்கொண்டு விடுகிறேன் இதை எவ்வாறு சமாளிப்பது?

குரு: நீயே ஒரு தாயாகி உன் உள் குழப்பத்தில் அழும் குழந்தைபைச் சமாளிக்க வேண்டும்.

சீடன்: என் உள்ளத்தை ஒரு குழந்தையின் உள்ளத்தைப் போல் எப்படி வைத்துக்கொள்வது?

குரு: தனிப்பட்ட முறையிலான ஈடுபாடுகளைத் தவிர்த்தால் உன் உள்ளம் குழந்தையின் உள்ளம் போலாகிவிடும். இந்த உலகத்தில், ஏன் அதற்கு அப்பாற்பட்ட லோகங்களிலுங்கூட யாருக்கும் எந்த விதமான தீங்கும் நீ இழைக்காமல் இருப்பது உறுதியானால், அப்பொழுது உன் உள்ளம் ஒரு குழந்தையின் உள்ளம் போல் பரிசுத்தமாகிவிடும். உன்னைக் கத்தியால்

தாக்க வந்தவனைக்கூடச் சந்தேகிக்காமல், அவனிடம் புன்னகை புரிய முடிந்தால் உன் உள்ளம் குழந்தையின் உள்ளமாக இருக்கும்.

உள்ளத்தில் குழந்தையாக இரு. ஆனால், அதற்காகப் பொறுப்பில்லாத வனாய் விளையாட்டுத்தனத்தை மேலோங்க விடாதே. உன்னுடைய கடமைகளில் சற்றும் கவனம் குறையாமல் பொறுப்புடன் இரு. இவ்வாறு நாம் எளிமையாக இருந்து, ஆன்மிக வழியில் மேலும் மேலும் முன்னேற வேண்டும்.

சீடன்: எளிமை என்றால் என்ன?

குரு: விடுபட்டு இருப்பவர்தான் எளிமையாக இருப்பார். எவ்வாறு விடுதலை பெறுவது ? நீ சில விதிமுறைகளைப் பின்பற்றினால் விடுதலை பெறலாம். அவை பின் வருமாறு:

(1) ஒரு சத் சங்கத்தில் சிறு உட்கூட்டங்கள் இருக்கக்கூடாது.

(2) ஒருவருக்கொருவர் நம்பிக்கை இருக்க வேண்டும்.

(3) எப்பொழுதும் ஆன்மிகமாய் இருக்க வேண்டும்.

(4) எவற்றையெல்லாம் 'நீ' என்று நினைக்கிறாயோ, அவற்றையெல்லாம் விட்டுவிட வேண்டும். தனித்துவம் தேவையில்லை.

(5) வேற்றுமை பாராட்டுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

(6) அன்பாக இருந்து அன்பைப் பெற வேண்டும்.

நீ குறைவாகப் பேசுவதாலோ அல்லது குறைவாக உட்கொள்வதாலோ அல்லது கிழிந்த ஆடைகள் அணிவதாலோ எளிமையைக் கடைப்பிடிப்பவனாகி விடமாட்டாய். ஒருவன் வெளியில் பெருமைக்காகப் படாடோபமான ஆடைகளை அணிவது போல், விரும்பியே கிழிந்த ஆடைகள் அணிவதும் பெருமையைப் பறைசாற்றுவதுதான். அது எளிமை ஆகாது. எதிலும் தீவிரமின்றி மத்தியில் இருப்பதுதான் சரியான வழி. விடுதலை பெற்றவனுக்கு உண்மையைப்பற்றிப் பேசுவது என்பது கடினமான விஷயமல்ல. ஆனால், அவன் அவசியம் ஏற்பட்டாலன்றிப் பேசமாட்டான். தெளிவு பெறாதவன் எதுவும் தெரியாததால் பேசமாட்டான். அவன் பேசாமலிருப்பது எளிமையாய் இருப்பதாலோ, அடக்கத்தாலோ அல்ல. அவன் உண்மையை அறியாததால் அதைப்பற்றிப் பேசுவதற்கு மனத்தில் உறுதி இல்லை.

இது மிக எளிமை என்று எண்ணி மிகக் குறைவாக உணவு உட்கொள்வதால் எந்த வித நன்மையும் ஏற்படாது; மாறாக, ஊறு விளைவிக்கும். உடல் என்பது இறைவன் குடி கொண்டிருக்கும் ஆலயம். உடலுக்குத் தேவையான உணவும், ஓய்வும் அளிக்காவிட்டால், நீ அந்த ஆலயத்தைப் பராமரிக்க மறுத்தவனாகிறாய். அவ்வாறு செய்வது நல்லதல்ல. உணவு உட்கொள்ளாமல் பட்டினி கிடக்கக்கூடாது. உணவுப் பழக்கவழக்கங்களில் மிதமாக இருக்க வேண்டும். உணவு உட்கொள்வதே ஒரு கலையாகும். உணவு உட்கொள்வதில் நாகரிகம் இருக்க வேண்டும்.

ஆன்மிக வழியில் நடக்க நீ அறிந்துகொள்ள வேண்டிய விஷயங்கள் மிகவும் எளிமையானவை. அவை அப்படி இருப்பதாலேயே நீ அந்த முறைகளை உதாசீனப்படுத்துகிறாய். சிக்கலான வழிகளைச் சிறந்த வழிகளாக நினைத்து எந்தப் பயனும் இன்றி அவற்றில் மாட்டிக்கொள்கிறாய். இறைதூதர் அல்லது சத்குருவின் வழிமுறைகள் மிக்க எளிமையானவை. எல்லோரும் எளிதில் பின்பற்றக்கூடியவை. யாரெல்லாம் இவர்கள் வார்த்தைக்குச் செவிசாய்க்கிறார்களோ, அவர்கள் சுலபமாக முன்னேறலாம். எழுதப் படிக்கத் தெரியாவிட்டால்கூடப் பாதகமில்லை. நீ மிக எளிமையாய் இருந்தால் இந்த எளிமையான வழிமுறைகளைப் பின்பற்றுவாய்.

சீடன்: உபவாசம் இருப்பதற்கும், பட்டினி கிடப்பதற்கும் என்ன வித்தியாசம் ?

குரு: உபவாசம் இருப்பது உன்னைப் புனிதப்படுத்தும். மற்றவருக்காக உபவாசம் இருப்பதுகூட உன்னைப் புனிதப்படுத்தும். ஆனால், நீ பட்டினி கிடக்கக்கூடாது. உபவாசம் இருப்பது வேறு, பட்டினி கிடப்பது வேறு. ''பட்டினி கிடப்பதால் நீ உன்னைத் தண்டித்துக்கொண்டு பிறருக்கும் துன்பமளிக்கிறாய்'' இது புத்தரின் கூற்று. அவர் பட்டினி கிடந்ததால் அவர் உடல் மிகவும் சோர்வுற்று அவரால் அசைய முடியாமல் போயிற்றே தவிர உண்மை உதயமாகவில்லை. அப்பொழுதுதான் இங்ஙனம் பட்டினி கிடப்பது வியர்த்தம் என்று உணர்ந்தார். ஒரு பெண்மணி அவருக்கு ஒரு பாத்திரத்தில் பாயசம் தந்தார். அதை அருந்திய பிறகு அவர் கூறிய முதல் வார்த்தை, ''தயவு செய்து யாரும் பட்டினி இருக்காதீர்கள்.''

சீடன்: புத்தர் இதன் மூலம் அறிந்த உண்மை என்ன ?

குரு: விரதமிருப்பதற்கும், பட்டினி கிடப்பதற்கும் உள்ள வித்தியாசத்தைப் புத்தர் அறிந்தார். நீ உன் உடலைத் தண்டித்துக்கொண்டிருப்பாயானால், ஆத்மாவை உணர முடியாது. அதே சமயத்தில் உடலுக்குத் தேவைக்கு மேல் எதையும் அளிக்கவும் கூடாது. நீ உடலோடு பிறப்பெடுத்திருக்கிறாய். ஆகவே, உன்னால் உணவையும் உறக்கத்தையும் தவிர்க்க முடியாது. ஆனால், எதிலும் மிதமாக இருக்க வேண்டும். எந்த விஷயத்திலும் அளவுக்கு அதிகமான ஈடுபாட்டைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஒருவன் தியானத்தில் இறுக்கமாக அமர்ந்திருப்பதைவிட, அவன் ஒரு மூதாட்டி சாலையைக் கடக்க உதவி செய்வது மேலாகும் என்று விவேகானந்தர் கூறியிருக்கிறார்.

சீடன்: எப்படி எளிமையாக இருப்பது ?

குரு: எளிமையாக இருப்பது மிகவும் சுலபம். ஆனால், மனிதர்கள் விசித்திரமானவர்கள். அவர்கள் தங்களுடைய மனத்தால் எல்லா விதமான பிரச்சினைகளையும் உருவாக்கிக்கொள்வார்கள். நீ எளிமையாக இருந்தால் தான் விடுதலை பெற முடியும். கடவுளின் விருப்பத்திற்கு உன்னை ஆளாக்கிக்கொண்டால், எளிமை என்ன என்பதைப் புரிந்துகொள்ளலாம். உன்னுடைய மனத்தின் அறியாமையை நீ முழுமையாகப் புரிந்துகொண்டால்

பிறகு நீ எளிமையாக இருப்பாய். அன்பாக இருப்பவர்கள் எளிமையாக இருப்பார்கள். யாரால் எல்லோரையும் சமமாகப் பார்க்கமுடிகிறதோ, அவரால் தான் அன்பாய் இருக்க முடியும். எல்லோரையும் சமமாகப் பார்ப்பதற்குப் பட்டமோ, படிப்போ, முதிர்ச்சியோ தேவையில்லை. அதற்கு எந்த விதமான திறமையும் தேவையில்லை. அது அன்பால் மட்டுந்தான் உண்டாகிறது. அன்பாயிருப்பது எப்படி? அன்பு என்றால் என்ன? அன்பு என்பது எல்லா உயிர்களிலும் எல்லாவற்றிலும் இறைவன் இருக்கிறார் என்ற உணர்ச்சியின் வெளிப்பாடு. நீ ஒருவனைப்பற்றி உள்மனத்திற்குள் ஒன்றை மறைத்து வைத்துக்கொண்டு அவனிடமோ, அவளிடமோ அன்பாய் இருப்பதாகக் கூறினால் அது உண்மையாகாது. உன் தாய், தான் நினைப்பதை உன் முகத்துக்கு நேரே சுலபமாகக் கூறிவிடுவது அவளுக்கு உன்மீதிருக்கும் அன்பின் காரணமாகத்தான்.

சீடன்: எளிமையான மனிதன் எவ்வாறு இருப்பான் ?

குரு: எளிமையான மனிதனுக்குச் சாதாரணமாகக் கோபம் ஏற்படுவதில்லை. அவன் மரியாதையின்றி யாரிடமும் நடந்துகொள்ள மாட்டான். பணிவும் அடக்கமும் உடையவனாக இருப்பான். ஒரு மூலையில் முடங்கியிருந்து வருந்தமாட்டான். பிறரைப்பற்றி வம்பு பேச மாட்டான். மற்றவர்களிடமுள்ள நன்மைகளைப்பற்றிப் பேசுவதில் மகிழ்ச்சி கொள்வான். இப்படி இனிய சுபாவம் கொண்டவனை ஞானம் தனதாக்கி அவனிடம் குடி கொள்கிறது. ஞானமும் எளிமையும் ஒன்றுசேர்வதால் அவன் பிறருக்கு ஆறுதலாக இருப்பான். இதுதான் எளிமையான மனிதனின் அடையாளம்.

நீ எந்தப் பாதையில் சென்றாலும் பொறுமை மிக முக்கியமானது. உனது வீட்டை நோக்கி நடந்தாலும், உனது இலட்சியத்தை நோக்கிச் சென்றாலும் பொறுமை மிக்க அவசியம். முதலில் நீ உன்னுடனும், பின் பிறரிடமும், பிறகு குருவிடமும் பொறுமையுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டும். இறுதியாக, ஆனால், உறுதியாகக் கடவுளிடம் பொறுமையாகக் காத்திருக்க வேண்டும்.

சீடன்: மேன்மை என்றால் என்ன ?

குரு: மிகவும் சாதாரணமாகவும், எளிமையாகவும் இருப்பதுதான் மேன்மையாகும். வேறில்லை. உன்னால் வானிலிருக்கும் நட்சத்திரக்குவியலை எண்ணவோ, மஹான்களுடன் கூடி அமர்ந்து உண்ணவோ, வேதங்களை மனனம் செய்து ஒப்பிக்கவோ, அண்ட சராசரங்களில் சஞ்சரிக்கவோ அல்லது சித்திகளைக் (Siddhis) கையாள்வதோகூட முடியும். ஆனால், இவற்றையெல்லாம் மேன்மை என்று நீ கொள்ள முடியாது. எளிமைதான் மேன்மை.

எவன் ஒருவன் உண்மையாய் இருக்கிறானோ அவனால்தான் எளிமையாக இருக்க முடியும். எவன் ஒருவன் நேர்மையாகவும், ஒளிவுமறைவின்றியும் இருக்கிறானோ அவனால்தான் சத்தியமாக இருக்க முடியும். அதனால் எல்லோரும் தங்கள் குறைபாடுகளை வெளிப்படையாக ஒருவருக்கொருவர் கூறிக்கொண்டு அவற்றுக்காக வருந்த வேண்டும்.

நீ கொலை செய்யவில்லை என்பதால் நீ மேன்மை அடைந்தவனாகி விடமாட்டாய். தன்னைக் கொல்பவனையும் ஆசீர்வதிப்பவன்தான் மேன்மையானவன். உன்னுடைய நண்பனிடம் இருக்கும் குறையைக் கண்டு நீ பாதிப்படைந்தால், நீ ஆன்மிகத்தில் வளர்ச்சி பெறவில்லை என்று ஆகும். உன்னிடமுள்ள குறைகளைத் தெளிவாகக் கண்டு, அவற்றை வெளியேற்றும் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றினால்தான், இவ்வாறான பாதிப்புகளிலிருந்து விடுபட முடியும்.

சீடன்: தேவையற்ற விஷயங்களைத் தவிர்த்து தேவையான விஷயங்களை மட்டும் வைத்துக்கொள்வது எப்படி?

குரு: தேவையற்ற விஷயங்களைக் களைந்த பிறகு, உள்ளே இருக்கும் தேவையான விஷயங்கள் வெளிவரும். எப்பொழுதும் எளிமையாகவும், பவித்ரமாகவும், அடக்கமாகவும், சுயநலமின்றியும் மேலும் மேலும் பணி செய்ய விருப்பம் கொண்டுமிருந்தால் இது சாத்தியமாகும். மஹானாக இருப்பவர் சூழ்நிலைக்கு ஏற்பத் தம்மை மாற்றிக்கொண்டிருப்பார். இடையர்கள் கூட்டத்திற்கு மத்தியிலிருக்கும்போது கிரந்தங்களிலிருந்து மேற்கோள் காட்டமாட்டார். மாறாக, இடையனுக்குப் புரியும்படி அவன் பாஷையிலேயே பேசுவார். அதே போல், அவர், தேவர்கள், தேவதைகள் மத்தியில் அவர்களுக்குச் சமமாகவும் இருப்பார். இவ்வுலகம் உய்யவரும் மஹான் தம் தேகம், மனம், அறிவு இவையாவும் தம்முடையவை அல்ல என்று உணர்ந்தவர். மஹான் அன்பு ஒன்றை மட்டும் மூலதனமாக எடுத்துக்கொண்டு இவ்வுலகிற்கு வருகிறார். ஏனெனில், எப்பேர்ப்பட்ட சக்தியும் அன்புக்கு அடி பணியும். அன்பால்தான் யாவும் சக்தி பெறுகின்றன.

சீடன்: மேலும் மேலும் முன்னேற வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தை எப்படி வளர்த்துக்கொள்வது?

குரு: உனக்கு எதுவும் தெரியாது என்ற உண்மையை நீ ஒப்புக்கொண்டால், 'மேன்மையான விஷயங்களைப்பற்றி அறிய அறிய நான் முன்னேறுவேன்' என்று உனக்கு நீயே விதித்துக்கொண்டு அடக்கத்துடன் செயல்பட்டால், முன்னேறலாம். உன் தவறுகளை நீ, உனக்கு எரிச்சல் வரும் பொழுது மட்டும் ஒப்புக்கொண்டால் போதாது. மற்றவர்கள் உன் தவறுகளைச் சுட்டிக்காட்டும் பொழுதும், அதை எரிச்சலின்றி ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அன்பும், அடக்கமும் கொண்டிருப்பாயானால் அதுவே போதும். நீ எந்தச் சூழ்நிலையிலிருந்தாலும், எவ்வாறு இருந்தாலும் உன்னைச் சுற்றி எண்ணற்ற பிரச்சினைகள் ஏற்பட்ட போதிலும், நீ அன்பாகவும் அடக்கமாகவும் இருந்தால் எல்லா விதமான பிரச்சினைகளிலிருந்தும் சுலபமாக வெளி வருவாய்.

சீடன்: சில சமயங்களில் நான் ஆன்மிக வழியில் செல்வதில் கவனக்குறைவு ஏற்படுகிறது. அதற்கு என்ன செய்வது ?

குரு: உன் உள் இருக்கும் பொறுப்பற்ற தன்மை அல்லது கவனக்குறைவைக் கண்டு அதை வெளியேற்று. நீ உன்னுடைய குடும்பத்தைச் சமாளிக்கிறாய்.

உன் உறவினர் ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு விதமல்லவா? நீ உன் தந்தையிடம் பேசுவதைப் போல் உன் வளர்ப்பு நாயிடம் பேசுவதில்லை. உன்னுடைய மனைவியையும், மகளையும் ஒரே விதமாய் நடத்துவதில்லையே. அது போல் உன் உள்ளும் ஒரு குடும்பம் இருக்கிறது என்று அறிந்துகொண்டு அதை நிர்வகிக்கும் விதத்தைத் தெரிந்துகொள். அதற்கு நீ ஒருவன்தான் எஜமானன். நீ விரும்பினாலும், விரும்பாவிட்டாலும் அது அவ்வாறு விதிக்கப் பட்டிருக்கிறது. உன் உள் இருக்கும் விஷயங்களை ஒரு குடும்பத்தைச் சமாளிப்பது போல் ஒவ்வொன்றாகச் சமாளிக்க வேண்டும்.

சீடன்: நான் மேலும் மேலும் முன்னேற வேண்டும் என்று முயன்றால் மட்டும் போதுமா?

குரு: அதுவே போதும். நீ படித்ததை எல்லாம் மறந்தால் என்ன, அல்லது பேசவோ படிக்கவோ எழுதவோ தெரியாவிட்டால்தான் என்ன? எந்த மனம் எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாகச் செயல்பட்டு, உன்னைக் கட்டுக்குள் வைத்துக் கொண்டிருக்கிறதோ அதுவே உன்னை விடுவிக்கவும் கூடும். உன் மனத்தில் மேன்மேலும் ஆன்மிகமாக முன்னேற வேண்டும் என்ற ஆர்வம் இருந்தால் நீ முன்னேறுவாய். மனம் என்பது சக்தி வாய்ந்தது; மறைமுகமானது; விஸ்தாரமானது.

சில பாடங்களைக் கஷ்டத்தில்தான் கற்க வேண்டியிருக்கிறது. அப்பொழுதுதான் முன்னேற்றம் வேகம் பெறும். ஒரு பாடத்தைக் கற்றுக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே இன்னொரு பாடத்தையும் கற்றுக்கொள்ளத் தயார் நிலையில் இருக்க வேண்டும். கற்பதில் 'தொடர்ச்சி' என்பது இன்றியமையாதது. அதில் நீ உன் சௌகர்யத்துக்குத் தகுந்தாற்போல் நடந்து கொள்ள முடியாது.

சீடன்: இந்த ஆன்மிக வழியில் நம்மைத் திருத்திக்கொண்டு முன்னேறிக் கொண்டிருப்பது முடிவற்ற ஒன்றாய்த் தெரிகிறது. இந்தப் பாதையில் சோதனைகள் வருவதால் சோர்வு ஏற்படுகிறது.

குரு: சோதனைகளினால் சோர்வும், வேதனையும் ஏற்படுவது போல் தோன்றுவது தோற்றம் மட்டுமே; நிஜமல்ல. இந்தப் பிரபஞ்சம் ஒவ்வொரு நொடியும் விரிவடைந்துகொண்டேயிருக்கிறது. சில சமயம் வெடித்துச் சிதறுகிறது. பிறகு, சேர்ந்து வடிவு பெறுகிறது. ஆனால், அதில் எந்த வித வேதனையும் இல்லை. அதுபோல், நாம் வளரும்போது ஏற்படும் சோதனைகளால் நம் மனம் சோர்வுற்று வேதனை உண்டாவது தோற்ற மயக்கமே. ஆன்மிக வளர்ச்சியின் போது உண்மையாகவே எந்த வேதனையும் கிடையாது.

சீடன்: ஆன்மிக வழியில் செல்லும் பொழுது சோதனைகள் வருமா?

குரு: உன்னுடைய பவித்ரத்தைச் சோதித்தால்தான், மற்றவர்களுக்கு மேலும் மேலும் நம்பிக்கை உண்டாகிப் பவித்ரமாய் இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை

உணர்வார்கள். உனக்குச் சோதனை வரும் பொழுது, அதை நீ சோதனை என்று உடனே அடையாளம் கண்டுகொள்ள வேண்டும். அது எவ்வாறு சாத்தியமாகும் ? உன்னுடைய குரு அல்லது யாரோ ஒருவர் உன்னைப்பற்றி ஏதாவது கூறும் பொழுது நீ உணர்ச்சி வசப்பட்டால், அதைத் தவறாகக் கருதுவாய்; மற்றவர் உன்னைத் தவறாக நினைத்து இருக்கிறார் அல்லது உன்னைச் சரியாகப் புரிந்து கொள்ளவில்லை என்று எண்ணுவாய். பிறர் உன்னைப்பற்றித் தவறாக எண்ணக்கூடாது என்று நீ நினைப்பது உன் அகந்தையின் பரிமாணம் அல்லவா? சில சமயங்களில் உன்னைப் பரிசோதிக்க மேலிருந்து வேண்டுமென்றே சில வார்த்தைகள் போடப்படும். இதை உணர்ந்து நடந்துகொள். இல்லாவிட்டால் சோதனையில் தோற்றுவிடுவாய். அப்பொழுது யாரும் எதுவும் செய்ய முடியாது.

சீடன்: "முன்பு இருந்ததைவிடச் சிறிது முன்னேறி இருக்கிறேனே'' என்று நான் சில சமயம் நினைத்தால் தவிர்க்க முடியாமல் மீண்டும் நழுவி விடுகிறேன். பிறகு, கஷ்டப்பட்டு மேலே ஏற வேண்டியிருக்கிறது.

குரு: ஆன்மிக வழியில் நழுவிக் கீழே விழுவது தவிர்க்க கூடியதே. ஒரு மலையின்மீது ஏறும் பொழுது சில இடங்களில் மலையின் உச்சிக்கு நேராக ஏறமுடியாது. மலையை இங்குமங்கும் சுற்றி வந்துதான் மேலே செல்ல முடியும். மலைமீது ஏறுபவர்கள் தங்குவதற்குக் கூடாரம் அமைப்பார்கள். ஒரு குறிப்பிட்ட உயரம் ஏறிய பிறகு, மீண்டும் தங்கள் கூடாரத்திற்கு வந்து ஓய்வு எடுத்துக்கொள்வார்கள். அப்படி வந்து ஓய்வெடுத்துக்கொள்வது நழுவி விழுவதாகாது.

சீடன்: நான் கீழே நழுவிவிட்டால் திரும்ப அதே இடத்திற்குச் செல்ல முடியுமா?

குரு: ஆன்மிகப் பாதையில் செல்வது மலை ஏறுவது போலாகும். மலை ஏறுவோர் ஒரு கயிற்றைப் பிடித்துக்கொண்டு ஏறுவார்கள். அதனால் அவர்கள் நழுவினாலும் அந்தக் கயிற்றை இறுகப் பிடித்துக்கொள்வதால் ஏறிய உயரத்தில் கொஞ்சத்தை இழப்பார்களே தவிரக் கீழே விழமாட்டார்கள். இதுவே அவர்களுக்கு ஒரு பாடமாய் அமையும். மீண்டும் அவர்கள் ஏறத்தொடங்கும் போது முன்னைக்காட்டிலும் அதிகக் கவனத்துடன் அதில் ஈடுபடுவார்கள்.

சீடன் : நான் ஏன் நழுவுகிறேன்?

குரு : அடிப்படையான ஒன்றைப்பற்றிச் சற்று சிந்திப்பாயாக. அபிப்பிராயங்களால் அலைக்கழிக்கப்படுவதால்தான் கீழே நழுவிவிடுகிறாய்; தவறும் செய்கிறாய். அபிப்பிராயங்களுக்கு அடிமை ஆகாதே. உன் வீட்டினுள் பூனைக்குட்டி ஒன்று நுழைந்துவிடுகிறது என்று வைத்துக்கொள். உன்னால் அதை வெளியேற்ற முடியவில்லை என்றால், அது இருப்பதைக் கவனிக்காதே. அதற்குத்

தேவையில்லாத அந்தஸ்து அளிக்காதே. அதற்குச் சந்தனாபிஷேகம் செய்யாதே. அபிப்பிராயங்களும் பூனைக்குட்டி போலத்தான். உன்னுள் நுழையும் அபிப்பிராயங்களை உன்னால் வெளியேற்ற முடியாத போது, அவற்றுக்கு எந்தவிதமான அந்தஸ்து அளிக்காமல் கண்டு கொள்ளாமல் இருந்து விடு. அபிப்பிராயங்களை அங்கீகரித்து அவற்றுக்கு ஆளானால் மனத்தில் குழப்பம் ஏற்பட்டு, ஒரு முடிவுக்கும் வரமுடியாத நிலை உண்டாகும்.

சீடன்: அபிப்பிராயங்கள் அனுபவங்களால் ஏற்படுகின்றன அல்லவா?

குரு: அபிப்பிராயங்களில் அதீத ஈடுபாடு இருந்தால் அவற்றால் அலைக்கழிக்கப்பட்டு அதனால் ஏற்படும் கடினமான அனுபவங்கள் உனக்குப் பாடமாக அமையும். துருவனுக்கு ஓர் அபிப்பிராயந்தான் இருந்தது. நசிகேதனுக்கும், பிரஹலாதனுக்கும் ஒரே ஓர் அபிப்பிராயந்தான் இருந்தது. அபிப்பிராயங்களைத் தவிர்க்க முடியாது. அவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டிய அவசியமுமில்லை. ஆனால், ஒன்றை மட்டும் நீ கவனத்தில் கொள். அபிப்பிராயங்களின் வசம் சிக்கி, அவற்றின் அடியில் உன் சுதந்தரத்தையும் சௌகர்யத்தையும் இழந்து அழுந்திப் போய்விடாதே. 'அபிப்பிராயங்கள்' உன் தலைக்கு மேலிருக்கும் உத்தரம் போன்றவை. சற்றுத் தள்ளி இருந்தால்தான் நீ சுதந்தரமாக நடமாடலாம்.

சீடன்: நீங்கள் துருவனைப்பற்றியும், நசிகேதனைப்பற்றியும் கூறினீர்கள். அவர்கள் பக்தி ஒருமனதாக இருந்தது. பக்தியைத் தவிர வேறு எதிலும் அவர்கள் ஈடுபடவில்லை. ஆனால், நாங்கள் பல காரியங்களில் ஈடுபட்டிருக்கிறோம்.

குரு: ஆமாம். நீ பல காரியங்களில் ஈடுபட்டிருக்கிறாய். அதனால் என்ன? பிரஹலாதன் கடவுளை நேருக்கு நேர் சந்தித்த பிறகு ஓர் இராஜ்யத்தைச் சிறப்பாக ஆண்டான். இது அவனுக்குச் சாத்தியமாயிற்று. துருவனும் கடவுளை நேருக்கு நேர் சந்தித்த பிறகு நாட்டை ஆண்டான். நசிகேதனும் உண்மையைக் கண்டறிந்த பிறகு திரும்பி வந்து இவ்வுலக வாழ்க்கையை வாழ்ந்தானே.

சீடன்: இவர்கள் தவம் செய்யும் பொழுது அது ஒன்றைத்தான் செய்தார்கள். ஒரே சமயத்தில் தவத்திலும் ஈடுபட்டு ஆட்சியையும் நடத்தவில்லையே!

குரு: துருவனைப் பொறுத்தவரையில் நீ சொல்வது சரி. ஆனால், பிரஹலாதன் அவ்வாறில்லை. சிறுவனாக இருந்ததால் அவன் குருகுலம் சென்று பயில வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் அவனுக்கு இருந்தது. சகமாணவர்களுடன் பழக வேண்டியதாயிற்று. ஒரு பெரிய அரண்மனையில் அரசனான தந்தையின் கட்டுப்பாட்டில் வாழவேண்டியிருந்தது. சுகபோகங்களையும், அரசகுலத்தின் பழக்கவழக்கங்களையும் விட்டு விலக முடியாத சூழ்நிலை. ஆனாலும் பிரஹலாதன் 'இறைவன் எங்கும் இருக்கிறான்' என்ற ஒரே அபிப்பிராயத்துடன்

வாழ்ந்தான். இந்த அபிப்பிராயம் அரண்மனையின் சுகபோக வாழ்வை வெறுத்து உண்டானதல்ல. அதிலிருந்து விடுபட்டதால் உண்டானது. அவன் விடுபட்டு இருந்ததால்தான் விஷத்தையும் ஒரு பானமாக பாவித்து அருந்த முடிந்தது. நசிகேதனுங்கூட அவனுடைய வியாபாரத்தைத்தான் கவனித்துக் கொண்டிருந்தான். கடவுளைக் காண்பதோ, மரணத்தைப்பற்றித் தெரிந்து கொள்வதோ அவன் நோக்கமாக முதலில் இருக்கவில்லை.

சீடன் : ஒருவன் எப்பொழுது அபிப்பிராயங்களில் சிக்கிக்கொள்கிறான்?

குரு: இது இரண்டு காரணங்களால் நேர்கிறது. ஒன்று, விஷயங்களைப் பற்றித் தானாகவே ஒரு யூகம் கொள்வது. மற்றொன்று, நம்பிக்கை இல்லாமை. ஒவ்வொன்றாய் எடுத்துக்கொள்வோம். எவன் ஒருவன் தானே விஷயங்களைப்பற்றி யூகம் கொள்கிறானோ, அவன் உண்மையை அறிந்து கொள்ள விரும்பமாட்டான். உனக்கு யூகம் இருக்கும்வரை நீ எதையும் அறியமாட்டாய். உனக்கு ஒன்றும் தெரியாது என்பதையும் உணர மாட்டாய்.

இன்னொரு காரணம், நம்பிக்கை இல்லாமை. நீ யூகம் கொள்வதால் மற்றவர்களை நம்பமாட்டாய். அவர்களைப்பற்றிய அனுமானங்களை உருவாக்கிக்கொண்டு அதில் சிக்கிக்கொள்வாய். நீயும் உன் அபிப்பிராயங்களும் சிலந்தியும் அதன் வலையும் போல இருக்க வேண்டும். சிலந்தி தான் வசிக்கும் வலையைத் தன் வாயிலிருந்தே ஊறும் திரவத்தினால் நெய்தாலும் அதில் அது சிக்கிக்கொள்வதில்லை. அதுபோல், அபிப்பிராயங்கள் என்பது உன்னுடைய மனத்திலிருந்து வெளிவரும் விஷயங்களேயானாலும் அதை உன் உள் திரும்ப எடுத்துச் சென்று அதில் சிக்கிக்கொள்ளாதே.

சீடன் : அபிப்பிராயங்களில் மாட்டிக்கொள்ளாமல் நாம் எப்படி வெளிவருவது?

குரு: இது சரணாகதியால்தான் நேரும். சரணாகதி என்றால் என்ன? ஒன்றுமறியாமல் ஒருவன் சரணாகதியாக முடியாது. அறிந்தவன்தான் சரணாகதி செய்ய முடியும். அவன் 'இவர்தான் தன்னைக் காப்பாற்ற வந்தவர்' என்று அறிவான். இவர்தாம் தனக்கு வழியாகவும், திசையாகவும், சத்தியமாகவும், இறுதியாகவும் இருப்பவர் என்று அறிவான். அப்படிப்பட்டவனால்தான் தன்னை முற்றிலுமாகச் சமர்ப்பிக்க முடியும். சரணாகதி செய்யும் பொழுது எந்த விதமான அபிப்பிராயத்திற்கும் ஆளாகாதே. சரணாகதி என்பது திடீரென்று செய்யும் ஒரு செயல் அல்ல. அதற்குப் பின்னணியில் நிறைய விஷயங்கள் உள்ளன. எல்லாவற்றையும் அறிந்துகொண்ட பிறகுதான் சரணாகதி செய்யமுடியும். ஒரு தாசன் மஹாவிஷ்ணுவின் பாதாரவிந்தத்தில் உயிரைத் துறக்கலாம். அது எதேச்சையான நிகழ்ச்சி அல்ல. அதற்குப் பின்னால் ஒரு பெரிய கதையே இருக்கும். இதில் எந்தக் குறுக்கு வழியும் கிடையாது. உணர்ச்சி வசப்படுவதால் சரணாகதி நேராது. சரணாகதிக்குப் பின்னால் நிறைய அறிவுபூர்வமான விஷயங்கள் உள்ளன.

சீடன்: நான் இறைவனை அடைய என்ன செய்யவேண்டும் ?

குரு: இறைவனை அடையவேண்டுமானால் முதலில் நீ உன்னுடன் ஒன்றிப். போக வேண்டும். நீ உன்னுடன் சமாதானமாக இருக்க வேண்டும். அப்போது தான் மற்றவர்களுடன் ஒன்றிப்போவதும் உனக்குச் சாத்தியமாகும். உன் உள்ளிருக்கும் ஆத்மாவும், பிறருள் இருக்கும் ஆத்மாவும் ஒன்றுதான் என்று அறியக்கூடும். அந்த 'ஒன்றும் தன்மை' உனக்கு வரவேண்டுமானால், நீ இறைவனிடம், முழுமையாக உன்னைச் சமர்ப்பிக்க வேண்டும். அதற்குத் திடமான மனம் வேண்டும்.

சீடன் : அடிபணிவதற்கும், சரணாகதி செய்வதற்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன?

குரு: அடிபணிவதிலோ அல்லது அடிபணிவதற்கு முன்போ ஆராய்ச்சி நேரக் கூடும். ஆனால், சரணாகதியில் அவ்வாறில்லை. அதில் விடுதலை உண்டு. யாரும் கண்மூடித்தனமாகச் சரணாகதி செய்ய முடியாது. உண்மையை அறிந்தவன்தான் சரணாகதி செய்ய முடியும். சரணாகதி ஒரே ஒரு விதத்தில் தான் நேர்கிறது. அதாவது, நீ உன்னையே சரணாகதி செய்கிறாய். ஆனால், அடிபணிவது என்பது மற்றவன் உன் விருப்பமின்றி உன்னைக் கீழ்ப்படிய வைப்பது.

சீடன் : ஆன்மிக வழியில் செல்லும் பொழுது பல விதமான தடைகள் ஏற்பட்டு நம்மைக் கீழே இழுத்துவிடுகின்றன. இது எதனால் ?

குரு: தடைகள் ஏற்படும். அவற்றை நீ சவாலாக ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். உனக்குச் சோதனை ஏற்பட்டால்தான் நீ உறுதிப்பட்டு மேன்மையடைவாய். சில தடைகள் நீயே உண்டாக்கிக்கொண்டவை. அவை உன்னுடைய தவறுகளால் உண்டாகின்றன. நீ நேர்மையாகவும், உண்மையாகவும் இருப்பாயானால் நீ தவறு செய்தாலுங்கூட மேலும் மேலும் கர்மாவைச் சேகரித்துக்கொள்ளமாட்டாய். ஏனென்றால், உன்னுடைய தவற்றை முதலில் நீயே வெளிப்படுத்தி, அதை ஒப்புக்கொண்டு, அதற்காக வருந்துவாய். நீ நேர்மையாகவும், வெளிப்படையாகவும் தவறு என்று உணர்ந்ததை ஒப்புக் கொள்ளவில்லை என்றால் அதனால் பல விதமான பிரச்சினைகள் நேரும்.

சீடன்: நாம் எவ்வாறு பேசுகிறோம் என்பது முக்கியமான ஒரு விஷயமா?

குரு: எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் நீ எப்படிப் பேசுகிறாய் என்பது மிக முக்கியமான ஒன்று. ஓர் அப்பியாசி தேவையற்ற வார்த்தைகளைப் பேசுவது மிகப்பெரிய தவறு. நீ தகாத வார்த்தைகளை உபயோகித்தால் நீயும் தகாதவனாகிறாய். நீ வார்த்தைகளைச் சரியாக உபயோகிக்காமல் அவற்றைப் பலஹீனப்படுத்தினால் நீயும் சக்தியற்றவனாகிறாய். உன் பேச்சு அமைதியும்

அடக்கமும் உடையதாக இருந்தால் அதுவே உனக்கு வழிகாட்டும். நாம் தெளிவாகப் பேசும் பொழுது நம் மனத்தில் விஷயங்களைப்பற்றி எந்த விதமான குழப்பமும் ஏற்படக்கூடாது. வார்த்தைகளை நிதானமாக பேசவேண்டும். மனத்தில் தெளிவு இருந்தால்தான் இது சாத்தியமாகும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் கவனமின்றித் தேவையற்ற வார்த்தைகளைப் பேசிவிடுகிறேன். இதை எவ்வாறு தவிர்ப்பது?

குரு: பேசும் பொழுது கவனத்துடனும், அடக்கத்துடனும் நிதானமாக யோசித்தும், சீராகவும் வார்த்தைகளைப் பேசு. நேரம் எடுத்துக்கொண்டு பொறுமையாகப் பேசு. நீ பேசும் விஷயத்தை மிகத்தெளிவாகப் பேசு. இது மிக முக்கியம்.

பேச்சில் தயக்கம் இருக்கலாகாது. உண்மையை நாடுபவர்களுக்குத் தயக்கம் கூடாது. நீ ஒரு விஷயத்தையோ, உண்மையையோ வெளிப்படுத்தும் பொழுது அதைத் தயக்கமின்றி வெளிப்படுத்த வேண்டும். அதே போல், உண்மையைத் தேடும் பொழுது தயக்கம் ஏற்படக்கூடாது. அப்படித் தயங்குவாயானால் உண்மையும் தயங்கலாம். பாலத்தில் ஏறி, கீழே நுங்கும் நுரையுமாகச் சீறி ஓடிக்கொண்டிருக்கும் நதியை, மெதுவாகக் கடப்பதில் எந்த வித அபாயமும் இல்லை. அதற்குத் தயங்க வேண்டாம். உண்மையை அறிவதற்கோ, உண்மையை வெளிப்படுத்துவதற்கோ தயங்கக்கூடாது.

சீடன் : நீங்கள் பேசும் விதம் எனக்கு மிகவும் பிடித்திருக்கிறது. உங்கள் வாக்கியங்களுக்குப் பின்னணியில் ஒரு சக்தி உள்ளது. அது எவ்வாறு ஏற்படுகிறது ?

குரு: அந்தச் சக்தி அன்பிலிருந்துதான் வருகிறது. அது ஆத்மாவுக்கு இதம் தரும் சக்தி. பேசும் பொழுது உன் 'உள்ளிருந்து' பேசு. அப்படிப் பேசப்படுவதுதான் உண்மை. நீ சுவாசிக்கும் பொழுது, உள்ளும் வெளியுமாக முழுமையாகச் சுவாசிக்கிறாய். ஆனாலும், சிறிதளவு அதை உள்ளே தக்க வைத்துக் கொள்ளவும் செய்கிறாய். பேச்சும் அது போல் இருக்க வேண்டும்.

நீ மௌனமாய் இருந்தபடியே பேசவும் கற்றுக்கொள்ள வேண்டும். உன் மனம் அமைதியாக இருக்க வேண்டும். ஆனால், தேவையான பொழுது சுருக்கமாகத் தேவையான அளவுக்குப் பேசவேண்டும். நீ எண்ணமின்றி இருக்கலாம். மனம் என்பது எண்ணங்களைத் தவிர வேறு ஒன்றுமில்லை. நீ உன்னை லயப்படுத்திக்கொண்டால் உன் மனத்தை உபயோகப்படுத்தாமல் பேசலாம்.

சீடன் : குழப்பம் என்பது உள்ளிருந்து வருவது அல்லவா?

குரு: ஆம்; எப்படிப்பட்ட சூழ்நிலையிலும் அமைதியை இழக்காமல் இருக்க வேண்டும்.

சீடன் : அமைதியாக இருப்பது எப்படி?

குரு: எந்த விஷயத்திற்கும் கர்வம் கொள்ளாமல் இருந்தால் அமைதியாக இருக்க முடியும். அடக்கத்துடன் இருந்தால் அமைதியாக இருக்க முடியும். அமைதி கைவரப்பெற்றால் தெளிவு பிறக்கும். யாவற்றிலும் பொதிந்திருக்கும் அழகு புரியும். நீயும் எந்தச் சூழ்நிலையிலும் சௌகரியமாக இருக்க முடியும். உன் குறிக்கோள் பெரிதாக இருக்கும் போது நீ முதலில் சிறு சிறு விஷயங்களில் கவனம் செலுத்த வேண்டும். ஏனென்றால், பெரிய விஷயங்களை நாடுபவனுக்கு, ஏதும் சிறியதாகத் தோன்றாது.

சீடன் : எனக்கு ஒருவன் தீங்கு இழைத்தாலோ அல்லது என்னைக் கேலி செய்தாலோ அதனால் பாதிக்கப்படாமல் இருப்பது எப்படி?

குரு: நீ கண்ணீர் வடிக்க வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்பட்டாலும் அதை மகிழ்ச்சியான ஒன்றாக மாற்று. உன் கண்ணீரை நீ சிரிப்பால் விரட்டக் கற்றுக் கொள். ஒருவன் அறியாமையினால் உன்னைத் திட்டினாலோ அன்றி உனக்குத் தீங்கு இழைத்தாலோ அதைப் பொருட்படுத்தாமல் சிரித்துவிடு. அது ஒன்றுதான் வழி. நீ எப்பொழுதும் அன்புடன் நடந்துகொண்டால் உன் வார்த்தைகள் செய்ய முடியாததை உன் சிரிப்பு சாதிக்கும். நீ இதை நடைமுறைப்படுத்திப்பார். எதையும் புதிதாக நடைமுறைப்படுத்தும் போது முதலில் சிந்தனை எப்போதும் அதைப்பற்றியே இருக்கும். ஆனால், போகப் போகச் சரியாகிவிடும். ஒரு வாகனத்தை ஓட்ட ஆரம்பிக்கும் போது அது மிகக் கடினமாக இருக்கும். எல்லோரும் உனக்குப் பல விதமான குறிப்புகளை அளிப்பார்கள். "நேரே பார், பிரேக்கில் கவனம் செலுத்து, இங்குமங்கும் பார்க்காதே," என்றெல்லாம் கூறுவார்கள். நீ வாகனத்தை ஓட்டக் கற்றுக்கொள்ளும் போது இவற்றையெல்லாம் கவனத்தில் கொண்டு போகப் போக, நீ வாகனம் ஓட்டுவதில் தேர்ச்சி அடையும் போது இயல்பாகவே நீ அவற்றைச் செய்வாய். அதுபோல், எந்த விஷயத்திலும் முதலில் குழப்பங்கள் ஏற்படத்தான் செய்யும். ஆனால், விடா முயற்சி இருந்தால் குழப்பங்கள் நீங்கிவிடும்.

சீடன் : ஒருவன் நமக்குத் தீங்கு செய்யும் தருணத்திலேயே அவனை முழுமனத்துடன் மன்னிப்பது சாத்தியமா?

குரு: நீ உன்னுடைய உடலில் இருக்கும் பொழுதே அதிலிருந்து விடுபட்டிருந்தால் உன்னால் அவனை மன்னிக்க முடியும். உன் உடலையே கொளுத்தினாலுங்கூட நீ அதை மன்னித்துவிடுவாய். ஜோன் ஆப் ஆர்க் அப்படித்தான் செய்தாள். அவளை ஒரு வைக்கோல் போரில் கட்டிக் கொளுத்தினார்கள். ஆனால், அவள் இதயத்தில் ஆண்டவனைச் சுமந்து இருந்ததால் அவளுடைய சிறிய இதயம் மட்டும் எரியாமல் இருந்தது. அதனால் அவர்களால் அவள் இதயத்தையோ அவளையோ அழிக்க முடியவில்லை. ஏனென்றால், அவளும், அவளுடைய இதயத்தில் குடிகொண்டு அருள்பாலிக்கும் ஆண்டவனும் வெவ்வேறில்லை. நீயும் அவளைப் போல் இருந்துவிட்டால் உனக்கு யார் தீங்கிழைக்க முடியும் ?

சீடன் : நம்முடைய கர்மாவினால்தான் நமக்குத் தீமைகள் ஏற்படுகின்றனவா?

குரு : உனக்கு ஒருவன் தீங்கு செய்கிறான் என்று வைத்துக்கொள். அவன் உனக்குத் தீங்கீழைப்பது தவறான செயல்தான். ஆனால், அதற்காக அவனைச் சபித்துவிடாதே. மாறாக நீ நிலை குலையாமல், அவனை வாழ்த்து. அவன் உன்னைத் திட்டும் போது அவனிடம், 'ஆண்டவன் உன்னுடன் இருக்கட்டும்' என்று கூறு. அப்படி நீ சொல்வது உனக்குப் பாதுகாவலாகும். 'கர்மா' அல்லது வினைப்பயன் என்பது செயலும் அதன் பிரதிபலனும் ஆகும். நீ இந்தக் கர்மச் சுழலில் இருந்த விடுபடுவது உன்னுடைய கைகளில்தான் உள்ளது. உன்னை ஒருவன் அறைகிறான் என்று வைத்துக்கொள்; அவனை நீ வாழ்த்துவதன் மூலம் அந்தத் தீவினைச்சுழலை உடைக்கிறாய். அது மட்டுமல்லாமல் உனக்குத் தீங்கிழைத்தவனுக்கும் உதவி செய்தவனாகிறாய்.

ஒருவனைச் சபிப்பதாலோ, உன்னுடைய முகத்தை மறுபக்கம் திருப்பிக் கொள்வதாலோ யாருக்கும் எந்த நன்மையும் நேரப்போவதில்லை. நீ அவனை சபிப்பதால் அந்தச் சாபம் அவனுக்குப் பலிக்கும். ஏனென்றால், அவன் உனக்குத் தீங்கிழைத்தவன். இது செயலாகும். நீ அவனைச் சபித்தால் அதை அவன் அனுபவிக்க வேண்டியதாகிறது. அதுதான் பிரதிபலன் ஆகும். ஆனால், இப்பொழுது நீ உனக்குத் தீங்கிழைத்தவனைச் சபிப்பதில்லை என்று தீர்மானித்திருக்கிறாய். அவனைச் சபிப்பதற்கு மாறாக, கடவுளின் பெயரால் அவனை வாழ்த்தி, அவன் நன்மை பெறவேண்டும் என்று இறைஞ்சுகிறாய். இப்படிச் செய்வதன் மூலம் நீ அவனுக்கும் நன்மை செய்கிறாய்.

ஏசுவின் கருணை அளவற்றது. அதை வார்த்தைகளால் விளக்க முடியாது. அவரைப்பற்றி அறியாத கோடிக்கணக்கான மக்களுக்காக அவர் பிரார்த்தனை செய்திருக்கிறார்.

உன் அருகிலிருப்பவர்களிடம் தீய நோக்கங்கள் இருப்பதை நீ அறிந்தால், அவர்களுக்காக உடனே பிரார்த்தனை செய். நீ நம்பிக்கையுடன் பிரார்த்தனை செய்தால், அவர்கள் உனக்குத் தீங்கிழைக்க உன்னை நெருங்க மாட்டார்கள்.

சீடன் : எனக்கு நேரும் சில இன்னல்களுக்கு நீங்கள்தாம் காரணம் என்று சில சமயம் குறை கூறுவதுண்டு.

குரு: நீ இதைப் புரிந்துகொள். உனக்கு உதவி செய்வதை நீ முதலில் அனுமதிக்க வேண்டும். உனக்கு நீந்தத் தெரியாமல், நீ தண்ணீரில் விழுந்து விட்டால், உன்னைக் காப்பாற்ற வந்தவன் உனக்கு உதவ, நீ முதலில் அனுமதிக்க வேண்டும். அவனுடன் ஒத்துழைக்க வேண்டும். இவ்வாறு செய்யாமல் நீ அவனையும் கீழே இழுப்பாயானால் அவன் உன்னை அறைந்து, உன் தலைமுடியைப் பிடித்து உன்னை மேலே எடுப்பான். தண்ணீருக்குள் இருக்கும் பொழுது அறைந்தால் வலியைத் தாங்க முடியாதுதான். ஆனால், அப்படியும் நடப்பதுண்டு; என்ன செய்வது!

சீடன்: நீங்கள் தீங்கு இழைத்தவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்யவேண்டும் என்று சொன்னீர்கள். அவர்களிடமே பிரார்த்தனை செய்யலாமா?

குரு: அதுவும் நல்ல வழிதான். ஆனால், ஒவ்வொன்றாகக் கற்றுக்கொள். படிக்கட்டு ஏறும் பொழுது ஒவ்வொரு படியாய் ஏறுவதுதான் புத்திசாலித்தனம். வேகமாகத் தாவினால் உன் கால்களில் வேண்டுமானால் வலி ஏற்படாமல் இருக்கலாம். ஆனால், உன் சட்டைப்பையிலிருக்கும் சில்லறை படிக்கட்டின் வழியே உருண்டு கீழே விழக்கூடும். அதைச் சேகரித்து எடுக்க நீ கீழே இறங்கி வரவேண்டியிருக்கும். அதனால் உன் நேரம் வீணாகும்.

மற்றவர்களிடம் பிரார்த்தனை செய்வது கடினமான விஷயமில்லை. அதில் நிறைய நன்மைகளும் உள்ளன. மற்றவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்யும் போது ஒரு சிறிய ஆபத்து உள்ளது. அவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்வதில் நீ கர்வம் கொள்ளக்கூடும்.

சீடன்: பொதுவாக, மனிதர்கள் அவர்களுக்குத் தீங்கிழைத்தவர்களுக்கு மறுஅடியோ, சாபமோ கொடுப்பார்கள். ஆனால், ஏசு எல்லாச் சந்தர்ப்பத்திலும் பிரார்த்தனை செய்தார். நானும் அவரைப் போலவே செயல்பட முடியுமா?

குரு: இதை நீ சரியாகப் புரிந்துகொள். அவரைப் போலச் செயல்படமுடியாது. அன்பாய் இரு. பக்தியுடன் கூடிய அர்ப்பண உணர்வுடன் இரு. அப்பொழுது நீ ஏசுவைப் போல் நடிப்பவனாக அல்லாமல் நீயே ஏசு ஆகிறாய் என்பதைப் புரிந்துகொள்வாய். ஒருவன் கருணையாய் இருக்கும் பொழுது, தானே ஏசு ஆக முயல்கிறான். அல்லது அவரைப் பிரிதிபலிக்கிறான். ஏசு வேறு, நீ வேறு என்று நீ பிரித்துப் பார்க்கும்வரை உன் உள் ஏசுவைக் காணமுடியாது. நீயே அவராக வேண்டும். அது எப்படி நேரும் ? அளவற்ற கருணை, வீரம், அன்பு, ஆத்ம சக்தி, விருப்பத்துடன் சுமைகளைத் தாங்கும் உறுதியான உள்ளம் இவற்றையெல்லாம் வளர்த்துக்கொண்டு, ஏசு உன் உள் வசிக்கிறார் என்று நீ கண்டுகொண்டால் நீயே அவராகிவிடுகிறாய். இதுதான் இரகசியம்.

சீடன் : ஏசுவின் கருணையும் அன்பும் எல்லோருக்கும் தெரிந்த விஷயம். அப்படியிருக்க அவரும் பன்னிரண்டு சீடர்களைத்தானே தேர்ந்தெடுத்தார்?

குரு: அவருடைய அன்பையும் கருணையையும் அறிந்தார்களா? எப்போது? இப்பொழுது இரண்டாயிரம் வருடங்களுக்குப் பிறகுகூட மனிதன் சரிவரப் புரிந்துகொள்ளவில்லையே. அவரைச் சிலுவையில் அறைந்து, அவர் முகத்தில் உமிழ்ந்து, அவரைக் கேலி செய்து அவரைப் பின்பற்றியவர்களைக் கொலை செய்தவர்களின் மொத்தச் சுமையையும் தாமே ஏற்றுக்கொண்டு ஒரு மகத்தான தியாகத்தைச் செய்தாரே, அந்தக் கருணையை மனிதன் புரிந்து கொண்டிருக்கிறானா? அவருடைய பன்னிரண்டு சீடர்களும் பண்டிதர்களோ, வேதாந்திகளோ, படித்த மேதைகளோ, பாதிரிகளோ அல்லவே. படிக்கவோ எழுதவோகூடத் தெரியாத எளிமையான மனிதர்களல்லவா? அந்தச் சாதாரண மனிதர்களை அசாதாரணமானவர்களாக்கியது அவர்களுக்கு ஏசுவின் மேல்

இருந்த அதீத நம்பிக்கைதான். அதனால்தான் அவர்களால் ஏசுவின் கருவியாகச் செயல்பட முடிந்தது.

சீடன் : கருணையைப்பற்றிச் சிறிது கூறுங்கள்.

குரு: கருணைக்கு அளவில்லை. கருணை பொதுவானது. உன் கருணை, என் கருணை என்று அதை யாரும் சொந்தம் கொண்டாட முடியாது. உயிர் வாழும் ஜீவன்களெல்லாமே கருணை நிரம்பியவைதாம். ஒருவனோ அல்லது ஒருத்தியோ கருணையற்று இருப்பதாக நாம் கூறமுடியாது. கொலை செய்பவனிடங்கூட கருணை உள்ளது. ஆனால், துரதிர்ஷ்டவசமாக அதை அவன் உணர்ந்து கொள்வதில்லை. அதை அவன் உணர்ந்தால் கொலை செய்யமாட்டான். கருணைதான் உன்னை வாழ்விக்கிறது; உன்னைச் சுவாசிக்க வைக்கிறது. உன்னுள்ளிருந்து ஊற்றெடுக்கக்கூடிய கருணையை உணர்ந்துகொண்டால் நீ எல்லாவற்றிற்குள்ளும் உறையும் இறைவனையும் உணர்ந்தவனாய், அன்பாய் இருப்பாய்.

சீடன் : நான் கருணையை உணர்ந்தவனாகி, அது என்னிலிருந்து பரவும் போது நானும் உங்களைப் போல் ஆகிவிடுவேனா?

குரு: ஆம்; என்னைப் போலாவதற்கு வேறு வழி ஏதும் இல்லை. குருவானவன் மிக எளிமையாகவும் அளவற்ற அன்புடையவனாகவும், சகிப்புத்தன்மையுள்ளவனாகவும் எதையும் மன்னிக்கும் குணம் உடையவனாகவும் இருக்கிறான் அல்லவா? கருணை என்பது மிக முக்கியமானது. சீடன் தன் குருவினிடமிருந்து எந்நேரமும் எந்தத் தடையுமின்றிக் கருணையைப் பெற்றவண்ணம் இருக்கிறான். அப்படி ஊற்றாகப் பெருகும் கருணையை அவன் உணர்ந்து, அதைப் பிறரும் உணருமாறு வாழ்கிறான். காந்தத்தைப் பற்றியிருக்கும் இரும்பும் காந்த சக்தியைப் பெறுவதைப் போல், குருவின் அணுக்கத்தைப் பெற்ற சீடனும் குருவைப் போலவே கருணையின் வெளிப்பாடாக இயங்குகிறான். சகல ஜீவராசிகளும் இப்படிச் சங்கிலித் தொடராய்க் கருணையென்னும் காந்த சக்தியைக் குருவின் மூலம் பெற்று இயங்கத் தொடங்கினால், அதுதான் கடவுளின் சாம்ராஜ்யம்.

சீடன் : நான் கருணையை உணர்ந்தபின் அது என்னிலிருந்து பரவ நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

குரு : உன் மனத்தை முதலில் எளிமையாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். எதையும் இலகுவாக எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் உன்னுடைய எண்ணங்கள் ரம்யமாக இருக்கும். இனிமையற்ற எண்ணங்கள் தாமாகவே வாடி உதிரும். பிரச்சினைகளற்ற மனம் இருந்தால் போதும். உனக்குள் ஊற்றெடுக்கும் கருணை உன்னைச் சுற்றியிருப்போருக்கும் பரவ, இதைத் தவிர வேறெதுவும் தேவையில்லை. உனது வயிறு சதா இயங்கிக் கொண்டிருக்கிறது. ஆனால், உனக்கு அதைப்பற்றிய பிரக்ஞை இருப்பதில்லை

யல்லவா ? அதனால் அந்த இயக்கம் எந்த வகையிலேனும் பாதிக்கப்படுகிறதா? உனது மனதும் அது போலத்தான். முதலில் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையை அடைவதற்குத்தான் பயிற்சி தேவை. அடைந்த பிறகு அந்த நிலையைத் தக்க வைத்துக்கொள்ள எந்த முயற்சியும் தேவையில்லை. அதைப்பற்றி நீ உனக்கு ஞாபகப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டிய அவசியமும் இல்லை. நீ உன்னில் ஈடுபாடு கொள்ளாதே. சக மனிதர்களுடன், உன் மனத்துடன், உனக்கேற்படும் நன்மை தீமைகளுடன் உன்னை ஈடுபடுத்திக் கொண்டால் பிரச்சினைதான் உண்டாகும். அங்ஙனம் ஈடுபடுத்திக்கொள்ளாமல் இருந்தால் நீ பிரச்சினை யின்றிச் சுலபமாக வாழமுடியும். இந்தப் பழக்கம் ஒரு நொடியில் வரக்கூடியதல்ல. ஏனென்றால் இதுவரை எல்லாவற்றிலும் உன்னைச் சம்பந்தப்படுத்திக்கொண்டு மிகுந்த ஈடுபாட்டுடன் வாழ்ந்தே பழக்கப்படுத்திக் கொண்டுவிட்டாய். இப்போது நீ உன் ஆத்மாவில், லயமாக விரும்புகிறாய். ஆதலால் நீ பிறவற்றில் உன்னைச் சம்பந்தப்படுத்திக்கொள்ளாமல் இருக்க எண்ணுவதில் எந்த விதமான தவறும் இல்லை. நீ இந்தப் பாதையில் தொடர்ந்து செல்வாயானால் எல்லாம் சுலபமாகும்.

சீடன் : நான் என்னுடைய ஆத்மாவுடன் எப்படிச் சம்பந்தப்பட்டிருப்பது?

குரு : இது மிகவும் சுலபம். நீ எதையும் கற்பனை செய்யாதே. நீ இறைவன் அல்லது அன்னை அல்லது குருவின் கரங்களில் ஒரு குழந்தை என்று புரிந்து கொள். இந்த உலகம் என்ற பெரிய நாடக மேடையில் நீ ஒரு சிறிய பொம்மலாட்டப் பொம்மை. இறைவன், மறைமுகமாக இருக்கும் நூலை அசைத்தால்தான் நீ உன் அங்கங்களை அசைக்க முடியும். மேலிருந்து நூல் இழுக்கப்படுவதற்கு ஏற்பவே நீ உனது கைகளை ஆச்சரியத்துடன் தட்டவோ அல்லது மரியாதையுடன் கூப்பவோ முடியும். நீ இதைப் புரிந்துகொண்டால் நீ உன் ஆத்மாவுடன் லயமாகி இருப்பாய். உன் மூலம் நடக்கும் எதற்குமே நீ பரவசப்படவோ, ஆச்சரியப்படவோ மாட்டாய். அதேபோல், எது நேர்ந்தாலும் அதற்காக வருந்தவும் மாட்டாய். பொம்மலாட்டத்தில் ஆடும் பொம்மை சதா புன்னகையுடன் இருக்கும். அந்தப் பொம்மையின்மீது கல் விழுந்தால் அதற்காக அது அழுவதில்லை. மலர் மாரி பொழிந்தாலும் அது ஆனந்திப்பதில்லை. அடக்கத்துடன் இருப்பவர்களுக்கு இது எப்பொழுதும் ஓர் எளிமையான விஷயமாகும். எதையும் நீ செய்வதாக எண்ணாதே. ‘அவனன்றி ஓர் அணுவும் அசையாது.’

சீடன்: நான் என் ஆத்மாவுடன் லயமடைவதற்குத் தோதான உணர்வுகளை எவ்வாறு தக்க வைத்துக்கொள்வது?

குரு : உன்னிடமிருக்கும் தேவையற்ற குணங்களின்மீது வெறுப்போ அல்லது எரிச்சலோ கொள்ளாதே. உனது வீட்டில் தரை குப்பையாக இருக்கிறது என்று வைத்துக்கொள். நீ என்ன செய்ய வேண்டும்? எதிர்ப்போ எரிச்சலோ கொள்ளக்கூடாது. உடனடியாக ஆர்ப்பாட்டமின்றி அமைதியாக அதை அகற்றிவிடு. அப்படிச் செய்யாமல் எரிச்சலடைந்து கூக்குரலிட்டு நாம் நம்

நிலையை இழப்பதில் என்ன பயன் ? பிறரின் தவறான செயல்களுக்கோ அல்லது தேவையற்ற வார்த்தைகளுக்கோ நீ உணர்ச்சி வசப்பட்டு உன் சமநிலையை இழக்காதே. உன் வீட்டின் தரையை இன்று சுத்தம் செய்தால் அதற்காக நீ மகிழ்ச்சியடைந்து, அதுதான் உன் வாழ்வின் குறிக்கோள் என்று எண்ணாதே. ஒரு விஷயத்தை உன்னிடம் தக்க வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்றால் அதையே மீண்டும் மீண்டும் செய்ய வேண்டும். ஆடிப் பாடி வேலை செய்தால் களைப்பு தெரியாது. விருப்பு வெறுப்புக்கு அப்பாற்பட்டுச் செயல்படுபவன் சுலபமாக ஆன்மாவுடன் லயமாகிவிடுவான். நீ எந்த வேலையையும் அதன் காரண காரியத்தில் உன் மனத்தைச் செலுத்தாமல் இலேசான மனத்துடன் செய். உனக்கு எந்தச் சிரமமும் தெரியாது.

சீடன் : தன்னை ஈடுபடுத்திக்கொள்ளாமல் ஒருவனால் கோபிக்க முடியுமா ?

குரு: முடியும். இறைதூதர்கள் அவ்வாறு இருப்பார்கள். அவர்கள் கட்டளையில் இடியோசை கேட்கும். ஆனால், அந்தத் தீர்மானமான ரௌத்திரத்தில் அவர்கள் மனம் ஈடுபட்டிருக்காது. கிருஷ்ணன் உடைந்த தேர்ச்சக்கரத்தைக் கையிலெடுத்து பீஷ்மரைக் கண் சிவக்கப் பார்த்தபோது, அவன் புஜம் போர் செய்யத் துடித்தது போல் பிறருக்குத் தோன்றியிருக்கலாம். ஆனால், சிவந்த கண்களுக்குள்ளே உள்ள கிருஷ்ணனைப் பீஷ்மர் அறிவார். அதனால் எந்த விதக் குழப்பமும் ஏற்படாமல் கிருஷ்ணனைப் பீஷ்மர் சிரித்தபடி வரவேற்றார். யார் நமக்கு வழிகாட்டி, யார் உண்மையைப் பின்பற்றுபவர் என்றெல்லாம் நமக்குத் தெரியும். இதில் பிரச்சினை என்னவென்றால், அவரை நாம் சதா பின் தொடராததுதான்.

இறைதூதரின் மனத்தில் விவாதம் இராது. விவாதம் என்பது வெறுக்கக் கூடிய ஒரு விஷயமல்ல. விவாதமே தவறு என்று மனிதன் எண்ணக்கூடாது. நீ உன்னுடன் விவாதம் செய்ய வேண்டும். விவாதம் ஒழுங்கான முறையில் இருந்தால் அது ஆரோக்யமானது. ஒழுங்கற்று இருந்தால் அது கேடு விளைவிக்கும். விவாதத்திற்கு இரண்டு பக்கங்களுண்டு; ஓர் இறுதியான முடிவு உண்டு. நீ எப்பொழுதும் முறையான கட்சியில் சேர்ந்து அதைப் பலப்படுத்து.

சீடன் : மஹான்களுடன் என்னை ஒப்பிட்டு, அவர்களுக்குச் சமமாக என்னைக் கருதிக்கொள்வது தவறா?

குரு: இல்லை. நீ ஒரு நல்ல காரியம் செய்யும் பொழுது அவர்களை நினைக்காமல் இருப்பதுதான் முட்டாள்தனம். நீ ஓர் உயர்ந்த நோக்கத்தோடு காரியத்தில் ஈடுபடும் பொழுது பெரிய மகான்கள் அல்லது இறைதூதர்கள் பற்றிய நினைவு உனக்கு வருவது இயற்கையானது. நீ உன்னை ஏசுவாகவோ, அல்லது இறைதூதனாகவோ கருதிக்கொள்ளக்கூடாது. ஆனால், அவர்களும் ஒப்புக்கொள்ளும் விதத்தில் நீ செயல்பட்டாயா என்று உன்னை நீ எடை போட்டுக்கொள்ளலாம். அவர்களும் இவ்வாறே தங்கள் வாழ்க்கையைத் தொடங்கி இருப்பார்கள் என்றுகூட எண்ணலாம்.

சீடன் : கோபத்திலிருந்து எப்படி வெளி வருவது?

குரு: முதலில் உனக்குக் கோபம் உள்ளது என்று ஒப்புக்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ அதிலிருந்து வெளிவர முடியும். உன்னிடம் ஒரு புறம் கோபம் இருந்தாலும், உன்னுள் ஒர் அழகான குழந்தை மனமும் உள்ளது. நீ கூடுமான வரையில் அந்தக் குழந்தையின் உணர்வோடு உன்னை ஐக்கியப் படுத்திக்கொள். ஒருவன் குழந்தையிடம் கத்துவதன் மூலம் அதை அடக்க முடியாது. சில சமயங்களில் குழந்தை தன் தாயின் கோபத்தையும், தந்தையின் ஆர்ப்பாட்டத்தையும் கண்டு ஆச்சரியம் கொள்ளும். நீ குழந்தையாக இவ்வுலகைப் பார்க்கத் தொடங்கினால் உன் கோபம் வெளியேறிவிடும். மற்றவர்களிடம் கோபப்பட நமக்கு எந்த உரிமையும் கிடையாது. கோபம் கொள்வது தோல்வியே. தோல்வியைத் தொடர்கதையாக்குவது நிவர்த்தி செய்ய முடியாத அளவிற்குக் கேடு விளைவிக்கும். அதனால் கவனமாக இருக்க வேண்டும். உன் உள்ளிருக்கும் குழந்தைத் தன்மையை வளர்த்துக் கொள். கோபத்தை விட்டுவிடு.

சீடன் : நீங்கள் கோபத்தை விடவேண்டும் என்று கூறினீர்கள். இதை எவ்வாறு செய்வது ?

குரு: அடிப்படையான ஒரு விஷயத்திற்குச் செல். உனக்குக் கோபம் வரும் பொழுது அதை ஒத்தி போட்டால், உனக்குச் சிறிது அவகாசம் கிடைக்கும். அந்த அவகாசத்தில் ‘என் கோபத்தை இன்னும் சிறிது நேரம் ஒத்திவைக்கிறேன்’ என்று உனக்கு நீயே கூறிக்கொள். இவ்வாறு செய்துகொண்டிருந்தால் கோபம் தீர்ந்து கருணை மேலோங்கும்; நிலைமையைப் புரிந்துகொண்டு அதை ஏற்றுக்கொள்ளும் பக்குவம் உண்டாகும். நமக்குள் ஊற்றெடுக்கும் கருணையைத் தடுக்கும் அரக்கனல்லவா, கோபம் என்பது இதில் விசித்திரம் என்னவென்றால், கோபம் நம்முடையது அல்ல. கருணை நம் பொக்கிஷம். ஆனால், அதை அடைய முடியாமல் தடுக்கும் கோபம் என்ற தந்திரசாலியான அரக்கனை வெளியேற்று. உன் குறைகளை எவரேனும் சுட்டிக் காட்டினால், அதை உடனே எதிர்க்காதே. எதிர்த்தால், மேலும் தவறு செய்தவனாகிறாய். பொறுமையாய் இரு. கருணையால்தான் கோபத்தைச் சமாளிக்க முடியும். இறைதூதர்கள் சகிப்புத்தன்மை, பொறுமை, கருணை இவற்றின் மூலந்தான் பாடம் கற்பிக்கிறார்கள். உனக்கு ஏற்படும் இன்னல்களையெல்லாம் உன் முன்னேற்றத்திற்கான படிக்கற்களாக மாற்றிக்கொள். அத்தகைய வாய்ப்புகளை, நாம் மேலும் முன்னேறுவதற்கு முழுமையாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

சீடன் : கோபத்தில் நிறைய விதங்கள் உள்ளன. சில சமயம் எனக்கு என்மீதே காரணமின்றிக் கோபம் உண்டாகும். சில சமயம் மற்றவரின் நடத்தை குறித்துக் கோபம் உண்டாகும்.

குரு: எல்லாம் கோபமாகாது. சில சமயத்தில் உனக்குப் பசி ஏற்பட்டதாக நினைப்பாய். ஆனால், அது உண்மையில் பசியாக இருக்காது. அநேக

சமயங்களில் பசி என்பது வெறும் உணர்வாக இருக்கக்கூடும். கோபமும் அப்படித்தான். சில சமயங்களில் உடலோ, மனமோ சோர்வாக இருக்கும் போது அதைக் கோபம் என்று நினைத்துக்கொள்கிறாய். நீ சற்று நிதானித்தால் இந்தக் குழப்பங்களைத் தவிர்க்கலாம். உனது கோபத்திற்கு நீயேதான் காரணம்.

சீடன் : கோபம் என்பது நானாகவே சேர்த்துக்கொண்ட ஒரு குணக்கேடா?

குரு: இல்லை. அது ஒரு திருத்தப்படாத தவறாகும். வெண்ணெயை உருக்கினால் நெய் கிடைக்கும். அதை வடிகட்டும் போது கசடுகள் நீங்கும். ஆனால், அந்த வெண்ணெயில் கசடுகள் தெரிவதில்லை. அது போல், உன்னை நீ திருத்திக்கொண்டால்தான் கோபம் என்கிற கசடு வெளியேறும்.

சீடன்: விரதம் என்றால் என்ன?

குரு: உன்னை ஒருவன் திட்டினாலுங்கூட நீ அன்பு மாறாமல் அவனுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்தால் அதுவே விரதம். வேறு எதுவும் விரதம் ஆகாது.

சீடன்: சில சந்தர்ப்பங்களில் ஒரு காரணம் கருதி நான் கோபிப்பது போல் நடிக்க வேண்டியிருக்கிறது.

குரு: எல்லோருமே அவ்வாறு செய்வார்கள். அது கோபமாகாது. தன் குழந்தை பாம்பைப் பிடிப்பதை ஒரு தாய் பார்த்துக்கொண்டு சும்மா இருக்க முடியாது. அந்தத் தாயின் கடமை என்னவென்றால், அதைத் தடுத்து நிறுத்தி, அந்தக் குழந்தையைக் கோபித்துக் கண்டிப்பதாகும். 'கோபம் கூடாது' என்று ஓர் ஆசனத்தில் அமர்ந்து பிரார்த்தனை செய்ய முடியுமா அப்போது? சில சமய்த்தில் சில காரணங்களுக்காகப் பிறர் முன்னிலையில் கோபம் இருப்பது போல் நடிக்க வேண்டியிருக்கும். ஆனால், உனக்கு எந்தக் கோபமும் அதில் இருக்காது. இவ்வாறான வழிமுறைகளைப் பின்பற்றிப் பிறருக்காக உன் உள்ளிருந்து பிரார்த்தனை செய்தல் நலம் பயக்கும்.

சீடன்: இவ்வாறு நடந்துகொள்வதற்கு நான் நிரம்பப் பிரயாசைப் படவேண்டும் அல்லவா?

குரு: சில சந்தர்ப்பத்தில் நீ தோற்றும் விடலாம். நிஜமாகவே கோபமும் உண்டாகலாம். அதனால் என்ன? சிரித்துவிடு. சிரித்துவிட்டு மறுபடியும் முதலிலிருந்து தொடங்கு. இதுவே உன்னுடைய நோக்கமாகும். ஒரு சிறு கல்லை எடுத்து மாங்காய்மீது குறிவைத்து எறிகிறாய் என்று வைத்துக்கொள். மாங்காய் விழவில்லையென்றால் கல்லைக் குறை கூற முடியுமா? உன் குறி தவறாக இருந்திருக்கலாம்; அல்லது காற்று பலமாக வீசி இருக்கலாம். ஒருவனுக்கு வேலை செய்யும் திறன் அவனிடம் இல்லாத போது அவனைக் கோபிப்பதில் எந்தப் பயனும் இல்லை. ஏனெனில், அவன் திறமையற்று இருப்பதற்கு அவன் காரணம் இல்லை. திறமையிருந்தும் வேண்டுமென்றே

உண்மையின்றிச் சரியாக வேலை செய்யாதவர்கள் இன்னொரு ரகம். நீ உணர்ச்சி வசப்பட்டால் இவ்விரு ரகத்தாரையும் இனம் பிரித்துப் பார்க்க முடியாது. அதனால் உணர்ச்சி வசப்படாதே. சந்தர்ப்பத்திற்கு ஏற்றாற்போல், சில காரியங்கள் நடப்பதற்காகக் கோபப்படுவது போல் நடிக்கலாம். அப்படி நடிப்பதற்கு அனுமதி உண்டு.

சீடன்: சில சமயங்களில் உள்ளே கோபத்தை வைத்துக்கொண்டு, வெளியே கோபமேயில்லாதது போல் இனிமையாக நடக்கலாமா?

குரு: அவ்வாறு இருக்கக்கூடாது. உள்ளே நெருப்பை வைத்துக்கொண்டு வெளியே மலரை வைப்பதில் எந்த நன்மையும் இல்லை. உனக்குள்ளிருக்கும் பிரச்சினைகளை முதலில் தீர்த்துக்கொள். அப்போதுதான் மற்றவரிடமும் உனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் இருக்காது. சகிப்புத் தன்மையும் யோகமும் அப்போதுதான் கை கூடும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் மற்றவரிடம் வெளிப்படையாகக் கோபிக்கா விட்டாலும், கோபம் வருவதற்கு நியாயமான காரணங்கள் உள்ளன.

குரு: நியாயமான காரணங்களுக்காகக் கோபம் ஏற்பட்டாலும் தொடர்ந்து கோபம் கொள்வது நியாயமாகாது. தனியொருவன் செய்த தவறாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது மொத்தச் சமூகத்தின் தவறாக இருந்தாலும் சரி, அதனால் பாதிக்கப்பட்டுக் கோபிப்பதும் தவறுதான்; கண்ணீர் சிந்துவதும் தவறுதான். அதனால்தான் எல்லா இறைதூதர்களும் தவறு செய்யாதீர்கள் என்று கேட்டுக்கொள்கிறார்கள்.

சீடன்: அப்படியானால் இதிலிருந்து வெளிவர என்னதான் வழி?

குரு: நான்தான் உனக்கு அதிலிருந்து விடுபட்டிருப்பதற்கு வழிமுறை ஒன்று கூறியிருக்கிறேனே. எல்லாவற்றையும் வேடிக்கை பார். கோபம் வெளிப்படையானது. அழுகை வெளிப்படையாகத் தெரியாது. ஆனால், இந்த அழுகையை யாரும் கண்டுகொள்வதில்லை. அதனால் கோபத்தால் பாதிப்படைந்து அதை எதிர்க்கிறார்கள். நான் இந்த இரண்டையுமே ஆதரிப்பதில்லை. எது நேர்ந்தாலும் அதில் சிக்கிக்கொள்ளாமல் விலகி இருந்து வேடிக்கை பார்க்க வேண்டும்.

சீடன்: இதை எவ்வாறு சரி செய்வது?

குரு: பொறுமையாக இரு. உனக்கு எந்த விதமான சந்தேகமும் வேண்டாம். சில விஷயங்கள் உனது மதிப்பில் நியாயமாகத் தோன்றினால், அவை நீ எதிர்பார்க்கும் விதங்களில் நடப்பதில்லை. மேலும், அதற்கு ஏற்றாற்போல விடை கிடைக்கவில்லை என்றால், நீ நிலை குலைந்துவிடுகிறாய். மற்றவனுக்குத் தீங்கு செய்பவர் அவனாக இருந்தாலும் அல்லது அவளாக இருந்தாலும் சரி, கஷ்டத்திற்கு உள்ளாவது நிஜம். அதுவே நியாயமுங்கூட. நியாயம் என்பது

வெளிப்படையாகத் தெரியாவிட்டாலும், நீ ஒழுங்காக இருந்தால் உனக்கு எப்படியும் அது புலப்படும். அதற்கு உனக்குத் தேவைப்படும் பொறுமை எதுவென்றால், பதுங்கியிருக்கும் பாம்பின் பொறுமை அல்ல; ஒரு ஞானியின் எதிர்பார்ப்புகளற்ற பொறுமைதான். நீ பொறுமையாக இருந்தால் உன் கேள்விக்குப் பதில் கிடைக்கும். அதுவே இயற்கையின் நெறிமுறை. நீ பொறுமையிழந்தால், உணர்ச்சி வசப்பட்டு, சமநிலையை இழந்து தவறு செய்யக்கூடும். அமைதியாக இரு; பொறுமையிழக்காதே; வேடிக்கை பார்.

சீடன்: முன்கோபம் எதனால் ஏற்படுகிறது?

குரு: உன்னிடம் இருக்கும் ஆக்கபூர்வமான சக்தியை நீ சரியான முறையில் பயன்படுத்தாத போது அது முன்கோபமாக வெளிப்படுகிறது. நீ இதை ஒப்புக் கொள்ளாவிட்டாலும் இதுதான் உண்மை.

சீடன்: அதைச் சரியான முறையில் எவ்வாறு பயன்படுத்துவது?

குரு: உன்னுடைய சக்திகளை உள்முகப்படுத்து. நீ தியானம் செய்கிறாய் என்றால் தியானம் மட்டுமே செய். நீ பிரார்த்தனை செய்கிறாய் என்றால் அது ஒரே ஒரு பிரார்த்தனையாக இருக்கட்டும். அதை விடுத்துப் பல விதமான புத்தகங்களிலிருந்து ஸ்லோகங்களைத் தேவையில்லாமல் ஒப்பிக்காதே. பிரார்த்தனை உன் உள் ஒன்றிப் போக வேண்டும். உன் தேவை என்ன என்பதைத் தெளிவாகப் புரிந்துகொள். பிறகு, உன் சக்தியை உள் நோக்கிச் செலுத்து. அப்பொழுது கோபம் மறைந்துவிடும்; உன் ஆன்மிகப் பயணம் துரிதப்படும்.

சீடன் : அதை எவ்வாறு சரியாகச் செயல்படுத்துவது?

குரு : கோபம் என்பது மனோசக்தி. நீ அஜாக்கிரதையாக இருந்தால் இந்த மனோ சக்தியானது ஸ்தூலத்தில் வெளிப்படும். உன் தேகத்தால் தன்னை வெளிப்படுத்திக்கொண்டு தன்னை நிறுவிக்கொள்ளும். அது பூவை அம்பால் துளைக்கும் ஒரு மோசமான செயலுக்கு ஒப்பாகும். உனக்கு ஏற்படும் உணர்ச்சிகளையோ, உன் இயல்பையோ வெளிப்படுத்தாதே. அவற்றை ஸ்தூல உலகிற்குக் கொண்டுவராதே. உன் உணர்ச்சிகளை உனக்குள்ளேயே தேக்கி அடக்கி வைப்பதால் உனக்கு உடல் உபாதை ஏற்படுமேயானால் அந்த உணர்ச்சிகளை உடல் உழைப்பால் வெளியேற்று. உன் கோபத்தை உன்மீதே திருப்பி உன் தவறுகளுக்காக உன்னைக் கடிந்துகொள். கோபம் அழிக்கும்; ஆனால், இவ்வாறு செய்யும் போது கோபம் உன்னைக் காப்பாற்றும்.

சீடன் : தூண்டப்பட்டால்தான் கோபம் உண்டாகிறது அல்லவா?

குரு : தூண்டப்பட்டாலும் கோபிக்காமல் இருக்கலாம். வசிஷ்ட மஹரிஷி விஸ்வாமித்திரரை யுத்தத்தால் வெல்லவில்லை. சகிப்புத்தன்மையால்தான் வென்றார். சகிப்புத்தன்மைதான் அவருடைய யோக தண்டம். சகிப்புத்தன்மை

எல்லாவற்றையும் விழுங்கிவிடும். விஸ்வாமித்திரர் வசிஷ்டரை ஒரு புயல் போல் அச்சுறுத்தித் தாக்க வந்தார். யார் யாரைத் தாக்குவது? வசிஷ்டர் தம்முள் இருக்கும் ஆத்மாவும், அவருள் இருக்கும் ஆத்மாவும் ஒன்று என்று கண்டுகொண்டதால் அவரிடம் எந்தச் சலனமும் ஏற்படவில்லை. விஸ்வாமித்திரரைச் சகித்துக்கொள்ள முடிந்தது. அடிப்படையும் அறுதியும் இதுதான். உன்னில் பிறரையும், பிறரில் உன்னையும் கண்டுகொள். நடப்பவற்றை அப்படியே ஏற்றுக்கொள்ளும் பக்குவம் உனக்குக் கைகூடும். அதுவே சகிப்புத் தன்மையாகும். அதுவன்றி, உன்னைச் சாட்டையால் ஒருவனை அடிக்கச் சொல்லி அதைப் பொறுத்துக்கொள்வது சகிப்புத்தன்மை ஆகாது. நீயாகப் பிரச்சினைகளை வரவேற்காதே. பிரச்சினைகள் உன்னைச் சூழ்ந்திருக்கும் போது அவற்றைச் சகித்துக்கொள். சலனமின்றி ஏற்றுக்கொள்.

சீடன் : சகிப்புத் தன்மையுடன் எப்படி இருப்பது?

குரு : மன்னிப்பதைத் தவிர வேறு எந்த வழியும் இல்லை. ஏசுநாதர் மிகுந்த சகிப்புத் தன்மையுடன் இருந்தார். பிறரை மன்னித்ததாக அவர் எப்பொழுதும் எண்ணுவதில்லை. ஆனால், மக்களுக்கு, மற்றவரின் எண்ணற்ற பாவங்களை மன்னிக்கக் கற்றுக் கொடுத்தார். அதில் அவருக்கு வெற்றி கிடைத்தது.

சீடன் : ஆனால், ஏசுவுக்குத் தாம் செய்தது சரி என்று தெரியுமல்லவா?

குரு : உன் நோக்கத்திலிருந்து பார்த்தால், ஏசுவுக்கு அவர் செய்தது சரியா, தவறா என்று தெரியாது. அவருக்கு இறைவன்மீது அளவற்ற நம்பிக்கை இருந்தது. அவர் சத்தியத்தை நம்பினார். அதாவது, தம் ஆத்மாவை நம்பி, மற்ற எல்லாவற்றையும் இறைவனின் கரங்களில் விட்டுவிட்டார். பூங்காவில், கோப்பையை ஏற்றுக்கொள்வதா அல்லது மறுத்துவிடுவதா என்றுகூட அவருக்குத் தெரியவில்லை. உன்னுடைய நோக்கிலிருந்து பார்த்தால் அவரும் சந்தேகப்பட்டது போல் தோன்றும். ஆனால், உண்மையில் அது சந்தேகமாகாது. அது சத்தியத்திடம் அவருக்கிருந்த நம்பிக்கையே ஆகும். அந்தச் சத்தியம் ஒன்றை மட்டும் நம்பி, அவர் இந்த உலகில் பணி செய்தார். எப்பொழுதும் சத்தியத்துடன் ஒன்றி இருந்தார். வார்த்தைகளால் அதை விவரிக்க இயலாது. உன் சகிப்புத்தன்மையைப் புரிந்துகொண்டு, பிறரை மன்னிக்கும் குணத்தை வளர்த்துக்கொண்டால்தான், நீ பிறரைச் சரி செய்ய முடியும்.

சீடன் : சகிப்புத்தன்மையை எப்படி வளர்த்துக்கொள்வது?

குரு : உன் கண்களைத் திறந்து உன்னைச் சுற்றி இருக்கும் மக்கள் எப்படிப்பட்ட விஷயங்களையெல்லாம் சகித்துக்கொண்டு வாழ்கிறார்கள் என்று பார். எண்ணற்ற மக்கள் கஷ்டப்படுவதைப் பார். ஒரு வேளை உணவு கூட இல்லாமல் எத்தனையோ பேர் இன்னலுறும் போது நீ கஷ்டம் என்று பேசலாமா? உன்னுடைய தட்டு நிரம்பியிருக்கும் போது இல்லாதவர்களோடு பகிர்ந்துகொள். அவர்களுக்கு இல்லாமை நீங்க வேண்டும் என்று மனதார வாழ்த்து.

சீடன் : நான் வேறு எந்த வகையில் மற்றவர்களுக்கு உதவ முடியும்?

குரு : முதலில் நீ குறை கூறாமல் இருக்கப் பழகிக்கொள். அப்போதுதான் நீ பிரார்த்தனை செய்வதற்குத் தகுந்த கருவியாக முடியும். குறை கூறிய வண்ணம் இருப்பவனின் பிரார்த்தனைகளுக்குக் கடவுள் பதில் அளிப்பதில்லை. நீ குறை கூறும் பழக்கத்தை விட்டால் பிறருக்கு நிறைய பிரார்த்தனை செய்ய முடியும். பிரார்த்தனையால் பல விஷயங்களை அடைய முடியும். பிரார்த்தனையால் தீமையைச் சமாளிக்க முடியும்.

சீடன் : மனிதர்கள் ஏன் எப்பொழுதும் ஒருவருக்கொருவர் முரண் படுகிறார்கள்?

குரு : மனிதர்கள் ஒருவருக்கொருவர் முரண்படுவதற்குக் காரணம் அவர்கள் தங்கள் ஆத்மாவுடன் தங்களை ஐக்கியப்படுத்திக்கொள்ளாததுதான். எந்த இடமாயினும் சரி, எந்த மதமாயினும் சரி, ஒருவன் தன் ஆத்மாவுடன் முழுமையாக ஒப்பந்தம் செய்துகொண்டிருந்தால், அவனுக்கு எந்த விதக் குழப்பமும் நேராது. அவன் எப்பொழுதும் பிறரிடம் அன்பாய் இருப்பான். புன்னகை மாறாமல் பழகுவான். மற்றவர்களின் சுமைகளைத் தானாகவே மனமுவந்து ஏற்றுக்கொள்வான். அவன் தன்னை நேசிக்காமல் தன் ஆத்மாவை நேசிப்பான். அவன் எல்லோருள்ளும் இருப்பது ஒரே ஆத்மா என்று உணர்வதால், எல்லோரையும் சமமாக நேசிக்கிறான். இந்த உலகத்திற்கு நீ செய்யக்கூடிய மிகப்பெரிய உதவி என்னவென்றால், நீ உன்னை அறிந்துகொள்வதுதான். அதுவரை நீ பிறர் நன்மை பெற வேண்டும் என்று பிரார்த்தனை செய்.

சீடன் : நாம் எல்லாவற்றையும் பொறுத்துக்கொண்டிருந்தால் தவறு செய்பவன் தான் தவறு செய்வதை உணராமல் நமக்கு மேன்மேலும் துன்பம் அளிக்கலாம் அல்லவா?

குரு : அது வரவேற்கக்கூடிய விஷயமாகும். அவன் உன்னைத் தூண்டத் தூண்ட நீ 'பொறுமை' என்ற யோக தண்டத்தை உன் முன்னே வைத்து நடப்பவற்றை வேடிக்கை பார். நீ அப்படிச் செய்வது அவனுக்கும் உதவும். விஸ்வாமித்திரர் வசிஷ்டரைத் தாக்கிய பொழுது, வசிஷ்டர் ஆயுதம் எடுத்துப் போர் செய்திருந்தால் விஸ்வாமித்திரர் மஹரிஷியாகி இருக்க மாட்டார். அதனால்தான் விஸ்வாமித்திரர் வசிஷ்டரிடம் நன்றியுடையவரானார். வசிஷ்டரின் சகிப்புத்தன்மைக்குக் காரணம் விஸ்வாமித்திரரிடம் யுத்தத்திற்கும் அப்பாற்பட்ட ஒரு பெரிய விஷயம் இருப்பதை அவர் அறிந்ததுதான்.

சீடன் : நான் சகிப்புத்தன்மையுடன் இருப்பது என்னைச் சீண்டித் துன்புறுத்துபவனுக்கு எவ்வாறு உதவும்?

குரு : உன் சகிப்புத் தன்மையின் காரணமாக அவனுடைய கோபம் உன்னைத் தொடாமல் அவனிடமே திரும்பிச் செல்லும். அப்படித் திரும்பிக்கூடச் செல்லவிடாமல், அவன் மேலும் மேலும் உன்மீது காட்டும் கோபத்தை நீயே

ஏற்றுக்கொண்டு இறைவனின் பெயரால் விழுங்கிவிடுவாயானால் சிறிது காலத்தில் அவன் கோபம் தீர்ந்துவிடும். அதற்குப் பிறகு அவனுக்கு வெளிப்படுத்த எந்தக் கோபமும் இருக்காது.

சீடன் : சில சமயங்களில் என் சகிப்புத்தன்மை பிறருக்கு எரிச்சலூட்டுகிறது. ஏன்?

குரு : அது வரவேற்கத்தகுந்த ஒன்றாகும். ஏனெனில், அவ்வாறு ஏற்படுவது அவனுக்கு உதவும். ஆனால், அவனுக்கு எரிச்சல் உண்டாக்குவது நம்முடைய நோக்கமல்ல. "நான் இவ்வளவு கூச்சலிட்ட பிறகும் உனக்கு எந்த விதமான உணர்ச்சியோ, கோபமோ ஏற்படவில்லையா?" என்று அவன் எரிச்சலுற்றால் "எனக்கும் உணர்ச்சிகள் உண்டு; ஆனால், கோபமில்லை" என்று பதில் சொல். உன்னுடைய அமைதி அவன் சிந்தனையைத் தூண்டும்.

சீடன் : இவ்வாறு செய்வது நான் என் சகிப்புத்தன்மையால் அவனைத் துன்புறுத்திச் சீண்டுவதாகிவிடும் அல்லவா?

குரு : அவனைச் சீண்டுவது உன் நோக்கமல்லவே. மேலும், உனது சகிப்புத் தன்மையால் அவன் நிலை குலையவில்லை என்றால், அவன் தன் போக்கை அறிய வாய்ப்பில்லாமல் போகும். கீழே விழுந்தால் வலி ஏற்படுகிறது. வலி ஏற்படவில்லையென்றால் நீ காயம் அடைந்ததை உணரமாட்டாய். காயத்தைக் கவனிக்காமல் விட்டால் இரத்தம் விஷமாக மாறி மரணமும் சம்பவிக்கலாம். அதனால் வலியைக் கொடுத்ததற்காக இறைவனுக்கு நன்றி செலுத்த வேண்டும். வலி ஏற்பட்டால்தான் நாம் நம் காயத்தில் கவனம் செலுத்தி, அதைக் குணப்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

சீடன் : சில சமயங்களில் நான் செய்யாத தவறுகளுக்கு என் மேல் பழி சுமத்தப்படுகிறது. அதை எவ்வாறு சமாளிப்பது?

குரு : அதைக் கடவுளின் ஆசீர்வாதமாகப் பணிவுடன் ஏற்றுக்கொள். நீ விஷம் அருந்துவதைத் தவிர்க்க முடியாத சூழ்நிலையில் விஷத்தையே அமுதமாகக் கருதி உட்கொள். மரணமிலாப் பெருவாழ்வு உனக்குக் கிட்டும். நீ செய்யாத தவறுக்குப் பழி சுமத்தப்படும் சமயத்தில் உனக்கு நீயே இவ்வாறு கூறிக்கொள். "இப்பொழுது செய்த காரியத்திற்கோ, சொன்ன வார்த்தைகளுக்கோ இது நேரவில்லை. இவ்வாறு நேருவதற்கு, நான் முன்பு எப்பொழுதாவது ஏதாவது செய்திருப்பதே காரணம். ஆனால், கடவுள் எனக்கு இதைக் கொடுத்ததற்கு நன்றி கூறுகிறேன். ஏனென்றால், அவ்வாறு பழி கூறின படியான மனிதனாக இப்பொழுது இல்லை. நான் என்னுடைய நூற்று முப்பத் தொன்றாவது பிறவியில் யாராவது ஒருவருக்குத் தீங்கு இழைத்திருக்கக் கூடும். இப்பொழுது அதன் விளைவு ஏற்படுகிறது. இத்தீவினைப் பயனை நான் உணர்ந்துகொண்டபடியால் இனியும் நான் யாருக்கும் தீங்கு இழைக்க மாட்டேன் என்பது உறுதி. இத்துன்பத்தை அனுபவிப்பதில் நான் வெட்கம்

அடையவில்லை. மாறாக, இதை ஒரு நல்ல சந்தர்ப்பமாகக் கருதி மகிழ்ச்சியடைகிறேன்.''

கடவுளின் கருணையால் நீ செய்த காரியங்களின் விளைவுகள் எல்லாம் விரைவில் நேருகின்றன. உனக்கு நேர்ந்த பழி, இப்படிப்பட்ட சூழ்நிலையை நீ எவ்வாறு சமாளிக்கிறாய் என்று தெரிந்துகொள்வதற்காக இறைவன் ஏற்படுத்தியதாக இருக்கலாம் என்று எடுத்துக்கொள். அதனால் யூகங்களைப் புறம் வைத்து, வந்ததை வந்தபடி ஏற்றுக்கொள்வது மிகவும் உசிதம். இவ்வாறு இருந்தால் எந்தப் பிரச்சினையும் உண்டாகாது. நீ பிறருக்குச் செய்த தீங்குகளை மறக்காமல் நினைவில் வைத்துக்கொள். மற்றவர் உனக்கு இழைத்த தீங்குகளை மன்னித்துவிடு; மறந்துவிடு.

சீடன் : சில சமயங்களில் பிறர் என்மீது குற்றம் சாட்டும் பொழுது நான் மௌனமாக இருந்தாலும் அவர்களுக்கு எரிச்சல் வரும். அதை எவ்வாறு சமாளிப்பது?

குரு : அது அவ்வாறுதான் நேரும். நீ மனிதனாக இருக்கும் பொழுது உன்னை நோக்கி வீசப்பட்ட பந்தைப் பிடித்து அவனிடம் திரும்ப வீசலாம். ஆனால், நீயே ஒரு சுவராக இருந்தால் உன்னால் அந்தப் பந்தைப் பிடிக்க முடியுமோ? பந்தை மிக வேகத்துடன் சுவரின்மீது எறிந்தால் அது மிகவேகத்துடன் திரும்பிச் செல்லும். உன் மௌனத்தைக் கண்டு அவர்களுக்கு எரிச்சல் ஏற்பட்டால், அது அவர்கள் பிரச்சினை. அதைப்பற்றி நீ கவலைப்படத் தேவையில்லை. முதலில் நீ அமைதியாக இருக்க வேண்டும். பிறகு, அவர்களுடன் பேசும் பொழுது மிக ஜாக்கிரதையாய் யோசித்து வார்த்தைகளை மிகக் கவனத்துடன் பேச வேண்டும். பேசும் பொழுது 'நம்முடையது' என்று கூறுவதற்குப் பதிலாக 'என்னுடையது' என்று கூறினால் அவன் மீண்டும் உன்மேல் பழி சுமத்தக்கூடும். அதனால், உன் மௌனம் எல்லா விதத்திலும் நன்மையாக முடியும். மற்றவனுக்குக் கோபமூட்டுவதோ அல்லது எரிச்சல் உண்டாக்குவதோ உனது நோக்கமல்ல. இருப்பினும் அவ்வாறு நேர்கிறது. உன்னை ஒருவன் சதா குற்றம் சாட்டித் தூண்டிவிட்டாலும் நீ உன் அமைதியை இழக்காமல் இரு. மேலும் மேலும் உன்மீது பழி சுமத்தினாலும் நீ பேசும் பொழுது வார்த்தைகளை மிகக் கவனத்துடன் உபயோகி.

சீடன் : பழிச்சொற்களைக் கேட்டும் நான் மௌனம் சாதித்தால் எரிச்சலடைந்து கடும் சொற்களால் என்னை ஏசுகிறார்கள்.

குரு : வார்த்தைகள், யார் பேசினாலும் அவை வெறும் வார்த்தைகள்தாமே. நீ ஏன் அவற்றுக்குச் செவிசாய்த்துக் கவலைப்பட வேண்டும்? இதைச் சமாளிப்பதற்கு இன்னொரு வழியும் உள்ளது. அவர்கள் திரும்பத் திரும்ப உன்னைப் பழித்துச் சொன்னவற்றையே சொல்லிக்கொண்டிருந்தால், நீயும் சமநிலை மாறாமல், நிதானம் இழக்காமல், மிக மரியாதையுடன் உண்மையை விடாமல் சொல்லிக்கொண்டே இரு. ஓயாமல் பணிவுடன் நல்ல விஷயத்தை திரும்பத் திரும்பக் கூறுவது சுலபமான விஷயமல்ல. அது ஒரு சவாலாகும்.

சீடன் : தனி மனிதனாய் இருந்தால் அவனுக்கு விஷயத்தை விளக்கிப் புரிய வைக்கலாம். ஆனால், அவர்கள் ஒரு கூட்டமாகச் சேர்ந்து இருப்பார்களே.

குரு : எத்துணைப் பேராகத்தான் இருக்கட்டுமே. அவர்கள் நோக்கம் ஒன்றுதானே. நீ செய்வது தவறு என்று உனக்குப் புரிய வைப்பதுதான் அவர்கள் நோக்கம். உன் நோக்கம் என்ன? நீ தவறு செய்யவில்லை என்று அவர்களுக்குப் புரிய வைப்பது. அவர்கள் தவறு செய்கிறார்கள், அல்லது அவர்கள் சொல்வது தவறு என்று, அவர்களுக்குப் புரிய வைப்பது அல்ல. இதுவும் ஒரு சவாலாகும்.

சீடன் : மற்றவர்கள் எரிச்சலூட்ட முடியாது. நான்தான் எரிச்சல் அடைகிறேன் அல்லவா?

குரு : ஆமாம்! ஆமாம்!

சீடன் : அதற்காக மற்றவர்களைக் குற்றம் சொல்வதில் பயன் ஏதும் இல்லை அல்லவா?

குரு : இல்லை. பிறரைக் குற்றம் சொல்வதால் எந்த விதமான உபயோகமும் இல்லை. சில சந்தர்ப்பங்களில் நீ மௌனமாகத் தனித்திருக்கும் போதுகூட உனக்கு எரிச்சல் உண்டாகலாம்.

சீடன்: சில சமயங்களில் நான் அமைதியாய் இருக்கும் பொழுது என்னுடைய நண்பன் மீது பழி சுமத்தலாம். அது மேலும் எரிச்சலை உண்டாக்கும்.

குரு : ஆமாம். இது அவர்களது ஒரு வழிமுறையாகும். இவ்வாறு செய்வது அவர்களுக்கு மிகச்சுலபமான விஷயமாகும். ஏதாவது ஒன்றைக் கூறும் போது உனக்கு எரிச்சல் ஏற்படவில்லையென்றால் மேலும் சில விஷயங்களை அதனுடன் சேர்த்து உன்னை எரிச்சல் பட வைப்பார்கள். உனது நண்பனின் பெயரை இழுத்து, பழி கூறி, மேலும் உனக்கு எரிச்சலையும், வெறுப்பையும் தூண்டுவார்கள். ஒரு மனைவியின் கோபத்தைக் கிளறுவதற்குச் சுலபமான வழி என்னவென்றால், மற்றொரு பெண்மணியுடன் அவளை ஒப்பிட்டுப் பேசுவதாகும். இதுவே அவர்களின் வழிமுறை. ஆகையால், எந்த மாதிரியான சந்தர்ப்பத்திலும் நீ உனது நிலையை இழக்காமல் அமைதியாய் இருப்பது மிக முக்கியமான ஒன்று.

சீடன் : சில சமயங்களில் அவர்கள் என் பலவீனத்தை அறிந்து, முன்பு நான் செய்திருக்கக்கூடிய தவற்றைச் சுட்டிக் காட்டித் தாக்குவார்கள்.

குரு : நீ கூறினபடியே நீ செய்த தவறுகளை வைத்து அவர்கள் உன்னைத் தாக்கட்டும். அது 'உன்னைத்' தாக்குவதாக ஆகாது. உன்னுடைய ஆடையைத் துண்டு துண்டாக அவர்கள் கிழிக்கட்டும். அதனால் நீ இறக்க மாட்டாய். நீ முன்பு செய்த தவறுகளை வைத்து உன் மேல் குற்றம் கூறித் தாக்கினால்

அதை நீ வரவேற்கவும். ஏனெனில், அவை உன்னுடைய தவறுகளாகும். அவர்களின் தாக்குதல்களைக் கடவுளின் திட்டம் என்று கருது. அவர்கள் மூலம் உனக்கு நீ ஏற்கனவே செய்ததற்குத் திரும்பக் கிடைக்கிறது என்று எடுத்துக்கொள். இவ்வாறு கருதிக்கொள்வது கடினமானதாகும். எந்தச் சந்தர்ப்பத்திலும் நீ உன் அமைதியை இழக்காதே. உண்மையை நம்பாதவனுக்குப் புரிய வைக்கவும் முடியாது; சந்தேகப்படுபவனைத் திருத்தவும் முடியாது.

சீடன் : சல சமயங்களில் சிலர் நான் நல்ல விஷயங்களைப்பற்றிப் பேசும் பொழுது பேச்சைத் திசை திருப்பிவிடுகிறார்கள். அது ஏன்?

குரு : உண்மை அவர்களை உறுத்துவதால் அவர்கள் அவ்வாறு செய்கிறார்கள். கரப்பான் பூச்சிக்கு ஒளி சித்ரவதை. ஒளி யாரையாவது சித்ரவதை செய்யுமா? ஆனால், கரப்பான் பூச்சியைக் கேட்டால், அது ஒளி சித்ரவதை செய்கிறது என்று சத்தியம் செய்யும்.

சீடன் : நான் பிறரை எந்த விதத்திலும் பாதிக்காமல் என்னுடைய வழியில் சென்று உண்மையை அடைய விரும்புகிறேன்.

குரு : எது நேர்ந்தாலும் நீ பாதிப்படையாமல் இரு. பிறர் பாதிக்கப்பட்டாலும் நீ பாதிக்கப்படாமல் இரு. இரண்டு கோட்பாடுகளை எப்போதும் கடைப்பிடி. ஒன்று, நீ பிறருக்கு எந்தத் தீங்கும் நினைக்காதே. இரண்டு, எது நேர்ந்தாலும் பாதிப்படையாமல் இரு. உன் அமைதி மற்றவனைப் பாதித்தால் அதற்காக நீ வருந்தாதே. அது அவனுக்கு உதவலாம்.

சீடன் : சில சமயம் எனக்குச் சிலரைப் பார்த்தவுடன் எந்தக் காரணமு மில்லாமல் எரிச்சல் உண்டாகிறது. அது ஏன்?

குரு : ஒருவனைப் பார்த்தவுடன் காரணமின்றி எரிச்சல் உண்டாவது நியாயமாக அனுமதிக்கத் தகுந்த ஒன்றல்ல. நீ அதை உடனே விட்டுவிட வேண்டும். காரணமின்றிப் பிறர்மீது எரிச்சல் படுபவன் அவனுடைய அமைதியையும் தூக்கத்தையும், அகத்தின் அழகையும் இழப்பான். அகத்தின் அழகு மிகமுக்கியமானது. நீ அதை இழக்கக்கூடாது. இவ்வாறு காரணமின்றி ஒருவன் மீது எரிச்சல் உண்டாவதை எந்த விதத்திலும் நியாயம் என்று கூறமுடியாது. இவ்வாறான தேவையற்ற குணக்கேடுகளை எந்த விதத்திலும் நியாயப்படுத்த முடியாது. ஆனால், இத்தகைய எரிச்சல் அல்லது தேவையற்ற குணக்கேடுகளைப்பற்றி ஆராய்ந்தாலும் அவற்றை விட்டுவிடுவது மிகக் கடினமாகும். அதனால் மேன்மையான விஷயங்களை மட்டுமே நம்மிடம் தக்க வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். மேன்மையில்லாத விஷயங்கள் நம்முடையன அல்ல. நம்முடையன என்று இல்லாத விஷயங்களை, அவற்றிற்கு மதிப்பு இருந்தாலும் மதிப்பு இல்லாவிட்டாலும் விட்டுவிட வேண்டும். வீட்டிற்கு வந்த விருந்தாளி பணப்பையை மறந்து வைத்துவிட்டுச் சென்றால் நீ அதைத் திருப்பி அவரிடம் கொடுத்துவிடுகிறாய் அல்லவா? உன்னுடையதாக இல்லாத

பொழுது பணப்பையாக இருந்தாலும் அதை உன்னுடன் வைத்துக்கொள்வது தவறாகும். நம் வீட்டின் தரையை அன்றாடம் சுத்தம் செய்கிறோம். வீட்டில் குப்பையும் கூளமும் இருந்தாலும், அவை வீட்டைச் சேர்ந்தவையாக இல்லாததால் அவற்றை வெளியேற்றுகிறோம். அது போல், எரிச்சல் மற்றும் தேவையற்ற குணக்கேடுகளெல்லாம் நம்முடையன அல்ல. அவற்றை நாம் விட்டுவிட வேண்டும். உன் அகத்தை அழகாக வைத்திருந்தால்தான் நீ ஆன்மிக வழியில் முன்னேறலாம்.

சீடன் : கோபம் உண்டாகும்படி பிறர் நடந்துகொள்ளாமல் இருந்தால் நான் சம நிலையை இழக்காமலிருப்பேன் அல்லவா?

குரு : இல்லை. என்ன நேர்ந்தாலும், பிறர் எப்படி நடந்துகொண்டாலும் நீ சம நிலையை இழக்காமல் அதைச் சவாலாக எடுத்துக்கொண்டு சமாளிக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ பதப்படுவாய். ஓர் உருவம் கொடுப்பதற்கு முன்பு உலோகத்தைச் சரியானபடி பதப்படுத்த வேண்டும். உனக்குக் கோபம் உண்டாகும்படி யாரேனும் நடந்துகொண்டால் நீ அதை வரவேற்று எதிர் கொள். எதிர்க்காமல் ஏற்றுக்கொள். இத்தகைய செயல் பிறருக்கு வியப்பைத் தரும். ஏனெனில், யாரும் எரிச்சலை வரவேற்பதில்லை.

சீடன் : சில சமயங்களில் சிலர் பிறருடைய வெளித்தோற்றத்தைப்பற்றிக் குறை கூறுகிறார்கள். உடலின் தோற்றத்தையோ அமைப்பையோ மாற்ற முடியாது. குறை மனத்தில் இருந்தால் அதை மாற்றலாம். பிறர் இவ்வாறு பேசும் பொழுது எனக்குக் கோபம் உண்டாகிறது.

குரு : அவர்களுக்காகப் பரிதாபப்பட வேண்டும். அவர்கள் மனம் சரியில்லாததால் அவ்வாறு செய்கிறார்கள். இது வெறுக்கப்பட வேண்டிய குணம். ஒருவருடைய உடலின் தோற்றத்தைப்பற்றியோ, உடல் ஊனத்தைப் பற்றியோ யாரேனும் பேசினால் அது எந்த இடமாக இருந்தாலும் சரி அவ்வாறு செய்வது தவறு என்று கூறி நீ அதைக் கண்டிக்க வேண்டும். பிறர் தோற்றத்தைக் குறை கூறுபவர்கள் ஆன்மிகத்தைப் பொறுத்தவரை நோயாளிகளே. விரும்பி நோயாளியாக இருக்கும் ஒருவனை அந்த நிலையை விட்டு வெளிக் கொணர முடியாது. இத்தகையோர்மீது கோபம் கொள்ளாதீர்கள். அடக்க முடியாத கோபம் வருகிறது என்று நீ தெரிந்துகொண்டால் உன் முதல் கடமை அந்தக் கோபத்தைப் பிரார்த்தனையாலும், கருணையாலும் அடக்குவதே ஆகும்.

சீடன் : சில சமயங்களில் ஒருவனுடைய நிறத்தைக்கூட விமர்சிக்கிறார்களே!

குரு : ஆமாம். அவ்வாறு செய்வார்கள். நீ கருப்பு நிறமாக இருந்தால், சிவப்பு நிறமாக இருக்க வேண்டும் என்று சொல்வார்கள். நீ சிவப்பாக இருந்தால் கருப்பாக இருந்தால் நன்றாக இருக்கும் என்று சொல்வார்கள். ஒரு நிறத்தின் பால் ஏற்பட்ட கவர்ச்சியாலோ அல்லது மற்றொரு நிறத்தை வெறுத்ததாலோ

அவர்கள் இவ்வாறு கூறவில்லை; வெறுப்பெல்லாம் அந்த மனிதன் மேல்தான் அந்த வெறுப்புதான் இத்தகைய தேவையற்ற சொற்களாக வெளிவருகின்றன. உன்னை அவர்களுக்குப் பிடித்திருந்தால், நீ ஒரு புல்லுக்கட்டாய் இருந்தாலும் பரவாயில்லை; உனக்குக் கண்களும், காதுகளும் இல்லை என்றாலும் பாதகமில்லை. ஆனால், உன்னை அவர்களுக்குப் பிடிக்கவில்லை என்றால், நீ மிக அழகான அப்சரசாகவே இருந்தாலும் உன்னிடம் குறையையே காண்பார்கள். நீ அக அழகை மதிக்கக் கற்றுக்கொள். புற அழகைப்பற்றிப் பேசாதே. நாம் எப்பொழுதும் ஒரு மனிதனின் 'உள்ளே' தான் பார்க்க வேண்டும்.

சீடன் : பிறருடைய தவறுகளை எவ்வாறு சுட்டிக்காட்டுவது? அவைபற்றி விவாதிப்பது எவ்வாறு?

குரு : பிறருடைய தவறுகளை அவர்களுக்குச் சுட்டிக் காட்டும் பொழுதோ, அவை குறித்து விவாதம் செய்யும் பொழுதோ உன்னை நீயே ஆறு கேள்விகள் கேட்டுக்கொள்.

(1) அவர்களிடம் குறைகாண வேண்டும் என்ற நோக்கம் உனக்கு இல்லை அல்லவா?

(2) அவர்கள் செய்கை உன்னைப் பாதித்ததால் அதைத் தவறு என்று கருதிவிட்டாயா?

(3) அந்த நிகழ்ச்சி குறித்து நீ முழுமையாகப் பேசும் வண்ணம் எல்லாத் தகவல்களும் உன்னிடம் உள்ளனவா?

(4) அந்த நிகழ்ச்சி குறித்த உன் கருத்தைத் தெளிவாக ஆர்ப்பாட்டமில்லாமல் ஒழுங்கான முறையில் சபையின் முன் வைக்க உன்னை நீ தயார்படுத்திக் கொண்டிருக்கிறாயா?

(5) பொறுமையாகவும், சகிப்புத்தன்மையுடனும் சமயோசிதமாகவும் நடந்து கொள்ளும் நிலையில் நீ இருக்கிறாயா?

(6) அந்த நிகழ்ச்சியில் சம்பந்தப்படாதவர்கள் நீ பேசப் போகும் இடத்தில் இல்லை என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொண்டு விட்டாயா?

ஒரு வைத்தியர் நோயாளியைத் தனியாகத்தானே பரிசோதிக்கிறார்.

சாட்சியாக இருப்பவனும், குற்றம் செய்ததாகக் கூறப்படுபவனும் ஆகிய இருவரும் அங்கே இருக்க வேண்டும். குற்றம் சாட்டப்பட்டவனுடைய மன நிலையை அறிய வேண்டும். அவன் தவறு செய்திருந்தாலும் அதை ஒப்புக் கொள்ளும் மனநிலையில் இருக்கிறானா என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும். ஏனென்றால், நம்முடைய நோக்கம் அவன் செய்த தவற்றை அவன் புரிந்து கொண்டு, அதிலிருந்து அவன் வெளிவர வேண்டும் என்பதே. அவன் மிகக்களைத்திருந்தாலோ, பசித்திருந்தாலோ அவன் எதையும் புரிந்துகொள்ளக் கூடிய நிலையில் இருக்கமாட்டான். அதை முதலில் கவனிக்க வேண்டும்.

அதன் பிறகு நீ கூறவிருக்கும் விஷயத்தின் முக்கியத்துவத்தை அவனுக்குப் புரிய வைத்து அவனைத் தனியே அழைத்துப் போய் பேச வேண்டும். நீ கூற வேண்டிய விஷயத்தைத் தெளிவாகக் கூற வேண்டும்.

குற்றம் சுமத்தப்பட்டவன் தன்னிடம் கூறப்படுவதைக் கவனமாகக் கேட்கும்வண்ணம் உன் வாதம் இருத்தல் வேண்டும். கழிவிரக்கம் கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். குற்றம் செய்த சில பேர் ''என்னைக்குறித்து என்னவெல்லாம் தோன்றுகின்றனவோ அவை எல்லாவற்றையும் நீ கூறலாம்'' என்று அகங்காரத்துடன் கூறுவார்கள். இவர்கள் நீ கூறுவதைக் கேட்கவோ அல்லது தங்களைத் திருத்திக்கொள்ளவோ விரும்பாதவர்கள்.

சீடன் : இளம் வயதில் பிறர் தவறுகளைச் சுட்டிக்காட்டிப் பரிகாசம் செய்திருக்கிறேன். பிற்காலத்தில் அவர்கள் செய்த அதே தவறுகளை நானும் செய்திருக்கிறேன். அவற்றுக்கு எவ்வாறு வருந்துவது?

குரு : நீ விரும்பினாலும் விரும்பாவிட்டாலும், தவறுகளை உணர்ந்த மாத்திரத்தில் நீ அவற்றுக்காக வருந்த ஆரம்பித்துவிடுகிறாய். இனிமேல் அந்தத் தவற்றை திரும்பவும் செய்யாதே. இதற்கும் மேற்பட்டதான வருந்துதல் ஏதும் கிடையாது. மரியாதை என்றால் என்ன? கடவுளிடம் மட்டும் தவற்றை நேர்மையாக ஒப்புக்கொண்டால் போதாது. மற்றவர்களிடமும் அதே நேர்மையுடன் ஒப்புக்கொள்ள வேண்டும். அதற்காக நீ உன் வீட்டுக் கூரை மேல் நின்று கொண்டு, உன் இளம் வயதில் செய்த தவறுகளை இந்த உலகிற்குப் பிரகடனப்படுத்த வேண்டும் என்று நான் கூறவில்லை. உன் தவற்றால் பாதிக்கப்பட்டவரிடம் சென்று வருந்தலாம். உன் தவற்றை உணர்ந்த தருணத்திலேயே உன் உள் இருக்கும் ஆத்மாவிடம், அதாவது இறைவனிடம் வருந்திவிடுகிறாய். இவ்வாறு செய்த பிறகு உன் தவற்றால் பாதிக்கப் பட்டவர்களை நேரிடையாகச் சந்திக்க முடிந்தால் அவர்களிடம் சென்று வருத்தம் தெரிவிக்கவும். அவர்களைச் சந்திக்க முடியவில்லையென்றால் அவர்களைத் தேட வேண்டாம். அப்பொழுது உன்னுடன் இருக்கும் இறைவனிடம் செய்த தவறுக்கு வருந்தலாம். அவர் உன் மனநிலையை அறிவார்.

மற்றவர்களுக்கு உபகாரம் செய்வது, நீ முன்பு செய்த தவறுகளுக்குப் பரிகாரம் ஆகும். அன்பாய் இருப்பதே உபகாரந்தான். நம்பிக்கை இல்லாமலிருப்பது பாவமாகாது. ஆனால், நம்பிக்கைத் துரோகம் செய்வது பாவம். உன்னை நீ அறிந்தவனில்லை; ஆதலால், உன் நம்பிக்கையை எடை போடாதே.

சீடன் : ஒருவன் தான் செய்த எல்லாத் தவறுகளையும் எப்படி ஞாபகப் படுத்திக்கொள்வது?

குரு : 'எத்துணைத் தவறுகள் என் நினைவுக்கு வருகின்றன!' என்று நீ ஆச்சரியப்படுவாய். செய்த தவறுக்காக வருந்து; ஆனால், சோகத்தில்

அழுந்திவிடாதே. வருந்தும் பொழுது நீ செய்த தவறுகள் அழிக்கப்பெற்று உன் எதிர்காலத்திற்கான 'நம்பிக்கை ' விதைகள் சீராக விதைக்கப் பெறுகின்றன. சோகம் யாவற்றையும் இழக்கச் செய்துவிடுகிறது. இந்த உலகத்தில் நாம் எப்பொழுதும் புனிதமான காரியங்கள் செய்துகொண்டு இருக்கவேண்டும். இவ்வுலகம் தொடர்ச்சியான, ஆச்சரியகரமான இயக்கத்திற்கான இடம். மனிதன் சோகத்தில் ஆழ்ந்துவிட்டால் இங்கு புனிதமான காரியங்கள்கூட ஸ்தம்பித்துவிடும். செய்த தவறுக்கு வருந்தினால் அது உனக்கு நன்மையையும். அமைதியையும் தரும். மற்றவர்களை எடைபோடாதே; அதே போல், உன்னையும் எடை போடாதே. எப்பொழுதும் காத்திருக்க வேண்டும்.

சீடன்: எவ்வாறு மன்னிப்புக் கோர வேண்டும்?

குரு: நீ வார்த்தைகளால் தவறு செய்திருந்தால், மன்னிப்பையும் வார்த்தைகளால் கேட்க வேண்டும். நீ செயலால் தவறு செய்திருந்தால், செயலாலேயே மன்னிப்புத் தேட வேண்டும்.

சீடன்: ஒருவனைச் சந்திக்க முடியவில்லை என்றால் அவனிடம் எப்படி மன்னிப்புக் கேட்பது?

குரு: அவன் உன் பக்கத்து வீட்டுக்காரனாக இருந்தால் அவனிடம் நடந்து செல். அவன் மேலே சொர்க்கத்திலிருந்தால் உன் எண்ணங்களால் அவனை அணுகு. நீ வருந்துவதே செய்த தவற்றைத் திருத்துவதும் ஆகும்.

சீடன்: செய்த தவறுக்கு மன்னிப்பும், அதற்குத் தண்டனையும் ஒரே சமயத்தில் கேட்கலாமா?

குரு: நீ எதற்காகத் தண்டனையைக் கேட்க வேண்டும்? தண்டனையோ, மன்னிப்போ எதுவாக இருந்தாலும் சரி, உனக்குக் கொடுக்கப்பட்டதை ஏற்றுக்கொள்.

சீடன்: செய்த தவறுக்கு வருத்தப்பட வேறு ஏதாவது வழிமுறை உள்ளதா?

குரு: நீ பிறருக்கு உபத்திரவமே செய்ததில்லையா?

சீடன்: செய்திருக்கிறேன்.

குரு: அப்படியானால் நீ இந்த வழிமுறையை மாற்றிச் செய். உனக்கு உபத்திரவம் ஏற்பட்டதாக நீ நினைக்கும் பொழுது உன்னால் பிறர் உபத்திரவம் அடைந்ததை நினைத்துக்கொள். நீ செய்த இடைஞ்சலால் பாதிப்பு அடைந்தவர்களுக்காக வருந்து. அப்பொழுது நீ செய்த செயல்களின் விளைவிலிருந்து நீ விடுபடுவாய். பிறர் செய்யும் தவறுகளை அவனுக்கு நினைவுபடுத்துகிறாய் அல்லவா? அவ்வாறே உன் தவறுகளையும் நீ உனக்கு நினைவுபடுத்திக்கொள். அது உன்னைச் சரிப்படுத்தும். வருந்துவது உன் 'உள்' நிகழ வேண்டும்.

சீடன்: ஒருவன் மற்றவனைக் குறைவாக எண்ணுவதற்கு என்ன காரணம்?

குரு: தன்னிடமிருந்தே தன்னைப் பாதுகாத்துக்கொள்ளாததுதான் காரணம். அவனே மனோபலம் கொண்டவனாக இருந்தால் தன் தவறுகளை மட்டுமே பார்ப்பவனாக, சமநிலை மாறாதவனாக இருப்பான். இன்னொரு விஷயம் என்னவென்றால், சிலர் எது நேர்ந்தாலும் பாதிப்படையாமல்கூட இருப்பார்கள்; ஆனால், அவர்கள் மற்றவர்களிடம் அன்பாக இருக்க மாட்டார்கள்; அன்பை வெளிப்படுத்தவும் மாட்டார்கள். அவர்கள் பிறரை வெறுப்புடன் நடத்துவார்கள். இவ்வாறு பிறருடைய உணர்ச்சிகளை மதிக்காமல் இருப்பது தவறான நடத்தை.

ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண பரமஹம்சர் அடக்கத்துடன் இருந்த ஒரு மஹான். அவர் எல்லாவற்றையும் அறிந்தவர். ஆனாலும் மிக அடக்கத்துடன் இருந்தார். தம் காளியையும், கங்கையையும், பஞ்சவடியையும், நரேனையும் அவர் எவ்வாறு அறிந்திருந்தாரோ, அவ்வாறே ஒவ்வொரு மனிதனையும் அறிந்திருந்தார். அவர் யாரையும் மதிப்பின்றி நோக்கவில்லை. எளிமையும், அடக்கமும் குழந்தை உள்ளமும் கொண்டவராக இருந்தார். நீ மற்றவரைப் பற்றி உயர்வாக நினைக்கலாம். ஆனால், எக்காரணத்தைக் கொண்டும் தாழ்வாக நினைக்கக்கூடாது. அப்படி எண்ணினால் அது உன் முன்னேற்றத்திற்குத் தடையாகும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் நான் பிறர் மீது வெறுப்பேதுமின்றி விளையாட்டாக அவர்களைக் கேலி செய்யக்கூடும். அப்படிச் செய்வதும் அவர்களைக் காயப்படுத்துவதாகுமா?

குரு: உன்னைப் பார்த்து நீயே சிரிக்கும் பக்குவம் உனக்கு இருக்குமானால் நீ பிறரைக் கேலி செய்தாலுங்கூட அதில் இறுக்கம் இருக்காது. உன் ஆத்ம பலத்தால் உன்னைச் சுற்றிலும் காற்றில் சுதந்தரம் அனுபவமாகும் போது, உன் வார்த்தைகள் யாரையேனும் புண்படுத்தினால் அதை நீ உடனடியாக அறிந்து கொள்ள வேண்டும். எதைக் குறிவைத்து நீ அவ்வார்த்தைகளைப் பேசினாய்? விளையாட்டாகப் பேசினாயா அல்லது வேண்டுமென்றே பேசினாயா என்பவற்றை நீ அறிவாயல்லவா? அதே போல், உன் சொற்கள் மற்றவனைத் தாக்கப் போகின்றன என்பதும் உனக்குத் தெரியும். அதுவும் இல்லாவிட்டால் தாக்கிய பிறகாவது நிச்சயம் தெரியும். அப்படியிருக்கும் போது, புண்பட்டவன் உன்னிடம் வந்து, "நீ என்னைக் காயப்படுத்திவிட்டாய்," எனக் கூற வேண்டும் என்றில்லை. அது இரண்டாம் பட்சமாகும். பிறருடைய வார்த்தைகளால் மனம் புண்பட்டுவிடும் இயல்பு உனக்கு உள்ளது என்றால், உன் வார்த்தைகள் மற்றவனைக் காயப்படுத்துவதையும் நீ உடனே அறிய வேண்டும் அல்லவா? இல்லை என்றால், நீ புண்படுவதற்கும் உனக்கு எந்த உரிமையும் இல்லை. ஒருவன் காயப்பட்டிருக்கிறானா இல்லையா என்று அறிவதற்கு எந்த விதமான குறுக்கு வழியும் இல்லை.

பிறர் மனம் புண்படுவதைத் தவிர்க்க வேண்டுமென்றால் பிறரிடம் பேசும் பொழுதோ அல்லது பிறருக்குச் செவி சாய்க்கும் பொழுதோ, நீ விஷயங்களை

அதிகம் வளர்க்கக்கூடாது. நீ தேவையில்லாமல் விஷயங்களை உன் மனத்தில் போட்டுக் குழப்பிக்கொண்டு பெரிதுபடுத்தினால் காயப்படுவாய். ஒருவனிடம் நீ தேவைக்கு மேல் பேசினாலும் காயப்படுவாய். சமயோசிதமாக நடந்துகொள்ள நீ பயிற்சி செய்ய வேண்டும்.

தேவையற்ற கோமாளித்தனமான செயல்களிலும் கேலிப் பேச்சுகளிலும் ஈடுபடுவதற்குப் பதிலாக நீ நிறைய நல்ல விஷயங்களைப் பேசலாம். உனக்கு ஓர் உதாரணம் கூறுகிறேன். விவேகானந்தரும், அவருடைய சக சன்னியாசிகளும் ஒருவருக்கொருவர் வித்தியாசமாக இருந்தார்கள். அவர்கள் ஒருவரை ஒருவர் கேலி செய்துகொண்டதுண்டு. ஆனால், அவர்கள் கேலி பேசுவதும், வேடிக்கை செய்வதும் வித்தியா்சமானதாகவும், மிகவும் உயர்ந்ததாகவும் இருந்தது. அங்கே யாரும் மனம் புண்படவுமில்லை, புண்படுத்தவுமில்லை.

கீழ்த்தரமாகக் கேலி, வேடிக்கை செய்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். நீ பெண்களைக் குறித்துக் கீழ்த்தரமாக வேடிக்கையோ, கேலியோ செய்தால் மற்ற பெண்மணிகளைத் தாயாகப் பார்க்க உன்னால் முடியாது போய்விடும். அப்பொழுது உன் பெற்ற தாயையும் தாயாகப் பார்க்க முடியாத நிலைமையும் வரக்கூடும். பிறரைத் தாக்கிக் கீழ்த்தரமாக வேடிக்கை செய்வது மோசமான செயலாகும். அதை முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும்.

நீ ஒரு படகில் பிரயாணம் செய்கிறாய் என்று வைத்துக்கொள். உன்னிடம் உணவுப்பொட்டலம், குடிப்பதற்குத் தண்ணீர், படிப்பதற்குப் புத்தகம் ஆகியவை உள்ளன. இவை மூன்றுமே ஒரு பயணத்தின் போது முக்கியமானவைதாம். ஆனால், உன் படகில் ஓட்டை ஏற்பட்டுத் தண்ணீர் உள்ளே வரத்தொடங்கும் போது உன் கவனம் உணவின்மீதோ, குடிக்கும் நீரின்மீதோ, புத்தகத்தின் மீதோ, செல்லுமா? அது அதற்கென்று நேரம் காலம் உண்டல்லவா? உன் முதல் கடமை, ஓட்டையை அடைத்துப் படகுக்குள் வந்து விட்ட தண்ணீரை வெளியேற்றுவதாகும். இதை உடனே செய்யவில்லை என்றால், உன் சாமான் களுடன் நீயும் மூழ்கிவிடுவாய். நீ இந்த உடலை விட்டுச் சென்ற பிறகு, உன் உடல்தான் இந்தப் பூமியில் புதைக்கப்படும். அவ்வுடலில் இருந்து நீ அறிந்த விஷயங்களையெல்லாம் பிறர் நன்மைக்காக இவ்வுலகில் விட்டுச் செல்ல வேண்டும். அதனால் நீ மேன்மேலும் உயர்ந்த பண்பாளனாக வேண்டும்.

நீங்கள் எல்லோரும் ஒன்றுசேரவேண்டும். எல்லோரும் கூடி சந்தோஷமாகச் சிரிக்கலாம். சிரிப்பு, எல்லோருடைய கரங்களையும் இணைப்பதற்காகப் பயன்பட வேண்டும். ஒருவரை ஒருவர் நல்ல நோக்கத்துடன் கேலி செய்துகொள்ளலாம். ஆனால், அதுவும் அளவுக்கு மீறிப் போகக் கூடாது. வேடிக்கை என்பது, ஓர் அரக்கனாக வளர்ந்து, நீ அதற்கு இரையாகக்கூடாது. நீ அதை எவ்வாறு கையாள்வது என்பதை அறிய வேண்டும். வேடிக்கை என்பது அலாவுதீனும் அவன் பூதமும் ஆகக்கூடாது. நீ அதற்கு ஏதேனும் ஒரு வேலை கொடுக்கவில்லையென்றால் அது உன்னையே விழுங்கிவிடும் என்ற

நிலைமை ஏற்படக்கூடாது. வேடிக்கை என்பது பூதமன்றி ஒரு விளக்கைப் போல் இருக்க வேண்டும். அதை நீ எப்பொழுதும் உன்னுடன் எடுத்துச் செல்லலாம். அது உன் வசம் உள்ள பொருள். அதன் மூலம் நீ வெளிச்சத்தைப் பரப்பலாம். உன்னுடைய மனத்தை அமைதியாய் வைத்துக்கொள். வார்த்தைகளை அளந்து பேசு. அதை உன் புத்தியால் அளக்காதே; ஆத்மாவால் அளந்து சீர்தூக்கிப் பார்த்துப் பேசு. உன் சொற்கள் யாவும் மிகவும் இனிமையாக இருக்க வேண்டும்.

உனக்குக் கொடுக்கப்பட்டதை உன்னிடம் தக்க வைத்துக்கொள். பிறர் நடத்தையைப்பற்றிக் கவலைப்படாதே. அவர்களுக்கு எதையும் புரிய வைக்கவோ அல்லது அவர்களை மாற்றவோ முயற்சி செய்யாதே. நீ அவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்யலாம் என்பதை நினைவில் இருத்திக் கொள். அவர்கள் பரிதாபத்துக்குரிய நிலையில் இருக்கிறார்கள். தவறு செய்பவர்களும் இறைவனின் குழந்தைகளே. அதனால் அன்பின் பெயரால் அவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய். ஆனால், ‘நீ விலகி இரு. அவர்களைச் சபிக்காதே. அவர்கள்மீது கோபம் கொள்ளாதே. இறைவன் உன் தவறுகளைச் சகித்துக் கொண்டு உன்னை எண்ணிக்கையில் அடங்காதவண்ணம் எத்தனையோ முறை மன்னித்திருக்கிறார். நீயும் அடக்கத்துடன் அவரைப் பின்பற்ற வேண்டும்.

* * * * * * * *

5. அன்னை

அன்னை பூரணமானவள். அவள் புனிதமான அன்புக்குக் கட்டுப்பட்டவள். அவளுக்கென்று உருவமில்லை. ஆனால், அவளுடைய அன்புக் குழந்தைகளின் நன்மைக்காக உருவம் எடுக்கிறாள். அவளுடைய ரூபத்திலிருந்து கண் கூசும்படியான தெய்விக ஒளி வீசும். அன்னையின் கடைக்கண் பார்வைக்குக் கோடி சூரியப்பிரகாசங்கூட ஈடாகாது.

* * * * * * * *

சீடன்: அன்னையைப்பற்றிக் கூறுங்கள்.

குரு: ஜகன்மாதா என்றும், புனித அன்னை என்றும், பொதுவாக லோக மாதா என்றும் அழைக்கப்படும் அன்னை அறுதியானவள். அவள் தவத்திற்கும் அப்பாற்பட்டவள். ஆர்வமுள்ள அப்பியாசிங்களை ஊக்குவித்துத் தன் கருணையால் அவர்களுக்கு வரங்களைப் பொழிகிறாள். அன்னை எங்கும் வியாபித்திருப்பவள். தூய அன்புக்கு அவள் கட்டுப்படுவது நம்முடைய பாக்கியமே. ரிஷிகளும், தீர்க்கதரிசிகளும் ஞானிகளும் அன்னையை மரியாதையுடன் வணங்குகிறார்கள். அன்னை மௌனமாகச் செயல்படுபவள். நீ உன்னுள் ஏற்படும் மாற்றத்தைக் கண்டுகொள்ளும் போது, அது அன்னையினால் ஏற்பட்டது என்று உணர்ந்துகொள்.

சீடன்: இறைவனுக்குப் பெயரில்லை. ஆனால், அவரோ, அவளோ 'அன்னை'என்ற பெயரை ஏன் தேர்ந்தெடுத்துக்கொண்டிருக்கிறார்?

குரு: அன்னை என்பது ஒரு பெயரல்ல. காற்றுக்கு ஒரு வடிவம் கிடையாது. அது அவ்வாறு அழைக்கப்படுகிறது. இங்கே, பெயர் குணத்தைக் குறிக்கிறது. 'அன்னை' என்ற சொல், புரிந்துகொள்ள முடியாத இறைவனையும் சுலபமாகப் புரிந்துகொள்ள உன் மனத்துக்கு உதவுகிறது. அன்னை இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சி.

சீடன்: பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சிக்கும் நம்முள்ளிருக்கும் மனசாட்சிக்கும் வித்தியாசமிருக்கிறதா?

குரு: வித்தியாசம் இருக்கக்கூடாது. 'பிரபஞ்சம்' என்ற ஒன்று இருப்பதை எல்லோரும் ஒப்புக்கொள்கிறார்கள். பிரபஞ்சத்திற்கு மனசாட்சி உண்டு. பிரபஞ்சத்தில் எண்ணற்ற நெருப்புக் கோளங்கள் உண்டு. அவை ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு வடிவம் உடையனவாய், அமைதியின்றி வெவ்வேறு வேகத்தில் ஓயாமல் அசைந்துகொண்டிருக்கின்றன. இவை எல்லாம் பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சியில் உள்ளன. ஒரு தாயின் கர்ப்பத்தில் ஒரு குழந்தை இருக்கும்போது,

அந்தக் குழந்தை தாயின் ஒரு பகுதியே அல்லவா? ஆதலால், குழந்தையிலும் தாய் இருக்கிறாள் என்பது உண்மை அல்லவா? அது போல, அமைதியின்றிச் சுழலும் நெருப்புக் கோளங்கள் இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் அன்னையின் மனசாட்சியில் வசிக்கின்றன. அதனால் அவற்றிலும் இந்த மனசாட்சி வசிக்கிறது. பல வருடங்களுக்குப் பிறகு இந்த நெருப்புக்கோளங்களின் அமைதியற்ற தன்மை அடங்கும். அடங்கிய பிறகு அவையும் பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சியுடன் ஒன்றிவிடும். அதே போல், ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட மனிதர்களுக்கும் அவ்வாறே நேர்கிறது. நீங்களெல்லோரும் பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சியில் இருக்கிறீர்கள். அதனால் பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சியும் உம்முள் இருக்கிறது. உம்முடைய வெளிமனது ஓயாத உணர்ச்சிப் பெருக்கால் அமைதியின்றிக் குழம்பி இருக்கிறது. மனத்தை அதன் போக்கில் விட்டால் அது தானாகவே அமைதி பெறுவதற்குப் பல காலம் பிடிக்கும். அதனால் இறைவன் உம் மனங்களைக் கையாள்கிறார்.

சீடன்: அன்னையின் தன்மை பெண்களுக்கு மட்டுந்தான் உள்ளதா?

குரு: அப்படி இல்லை. குழந்தையிடத்தில் தாய்மை இல்லையா? குளுமையான காற்றில்கூடத் தாய்மை உள்ளது அல்லவா? மக்கள் தாகத்தால் மடிகிறார்கள். மழை பெய்கிறது. அந்த மழையில் அப்போது தாய்மையைக் காண முடிகிறதல்லவா? பிரபஞ்சத்தின் மனசாட்சியான அன்னை உன் 'உள்' இருக்கிறாள். அதே போல் பிறவற்றிலும் அன்னை இருக்கிறாள். உன்னிலும் பிறவற்றிலும் இருப்பவள் ஒரே அன்னைதான். அன்னை என்பது ஒரு பெண்மணியோ அல்லது பெண்ணின் வடிவமோ அல்ல. அப்படிப் பார்க்கும் போது கணவனும் மனைவியுங்கூட ஒருவருக்கொருவர் தாயாக விளங்கமுடியும். தாய்மை நம் ஒவ்வொருவர் உள்ளும் இருக்கிறது. உன் வீட்டிற்கான காற்றை நீ வெளியில் போய் எடுத்து வர வேண்டியதில்லையே! அது எங்கும் இருக்கிறது. காற்று முட்டாளென்றும் அறிவாளியென்றும் வேற்றுமை பாராட்டுகிறதா? இருவருக்கும் அது ஒரே விதமான சுகத்தைக் கொடுக்கிறது. அல்லவா? மென்மையான தென்றல் 'அன்னை'யின் இதமான ஸ்பரிசமாகும். சூறாவளிக் காற்று அவள் 'பளார்' என்று கொடுக்கும் அறை. காற்று, அவள் தரும் எச்சரிக்கை. மழை, அவளுடைய பாட்டு.

சீடன்: மனிதர்கள் தங்களுக்குள் இருக்கும் அன்னையை உணராதது ஏன்?

குரு: நம்பிக்கையின்மைதான் காரணம்.

சீடன்: ஒருவன் அன்னையைக் காண்பது எவ்வாறு?

குரு: உன்னை ஒரு கண்ணாடியில் பார்த்துக்கொள். அப்பொழுது நீ அன்னையைக் கண்டவன் ஆவாய். குழந்தைகளின் கண்களைப் பார். அப்பொழுது நீ அன்னையைப் பார்த்தவன் ஆவாய். அன்பைப் பிரதிபலிக்கும்

மலர்களைக் காணும் போது நீ அன்னையைத் தரிசித்தவனாவாய். கண்களை மூடிக்கொண்டு உன் 'உள்' பார். அங்கே நீ அன்னையைப் பார்த்திருப்பாய். குழந்தைகள் தேவதைகள் ஆவார்கள். தேவதைகளுக்குக் கவலைகளும், பிரச்சினைகளும் கிடையாது. கவலைகளிலிருந்தும் இன்பத்தின்மீதான மோகத்திலிருந்து நீ விடுபடுவாயானால் நீயும் ஒரு தேவதை ஆகலாம். மனிதர்கள் செயல்படுவார்கள். தேவதைகள் உதவுவார்கள். இதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: பிரம்மச்சர்யத்தைப்பற்றி விளக்க முடியுமா?

குரு: உன் மகளை உன்னுடைய அன்னையாகவே மதிக்க முடியுமானால், உன் கண் முன் பரந்து கிடக்கும் வெவ்வேறு ஜீவராசிகளிலும், வடிவங்களிலும், புனித அன்னையின் தெய்விக முகத்தை உன்னால் காணமுடியுமானால் அப்பொழுதுதான் உன்னை நீ ஒரு பிரம்மச்சாரி என்று கூறிக்கொள்ளலாம்.

சீடன்: பெண்களுக்கு 'அன்னை' என்ற முறையில் முக்கியத்துவம் ஏன் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது?

குரு: தாக்குதல்களின் முழுமையை அனுபவிப்பவர்கள் அவர்கள்தாமே? அதனால்தான்! நம்மை இந்த உலகத்திற்குக் கொண்டுவருபவர்கள் அவர்களே. நம்மை எப்பொழுதும் வாழ்த்திக்கொண்டே இருப்பவர்களும் அவர்களே. அவர்களால், அவர்களுடைய வாழ்த்துகளால்தாம் நம்மால் சிங்கம் போல் கர்ஜிக்க முடிகிறது. பெண்கள் அடக்கப்படுகிறார்கள். தனக்கு எல்லாவற்றையும் அளித்த அன்னையை இந்த உலகம் அடக்க விரும்புகிறது. அவள்தான் தருகிறாள். அவளே தாங்கிக்கொள்கிறாள். அதனால் அன்னைக்கே முக்கியத்துவம்.

சீடன்: சித்தர்கள் ஏன் பெண்களை மோகத்திற்கு அடையாளமாகக் குறிப்பிடுகிறார்கள்.

குரு: உண்மையில் சித்தர்கள் அவ்வாறு கருதவில்லை. அவர்கள் எல்லாப் பெண்களையும் தங்களுடைய சொந்தத் தாயாகவே பாவித்தார்கள். அவர்களுக்கு ஆண், பெண் என்ற வேற்றுமையில்லை. மோகத்தின் வலையில் சிக்கிக்கொண்ட மனிதர்களின் நன்மைக்காகத்தான் தங்களின் பாடல்களை விட்டுச் சென்றிருக்கிறார்கள். இது மிக நுட்பமான விஷயமாகும். ஓர் ஆண் பெரும்பாலும் ஒரு பெண்ணை மோகத்தின் சின்னமாக நோக்குகிறான். அவனை நீ நேரிடையாகக் கேட்டால், தான் அவ்வாறு கருதவில்லை என்று மறுப்பான். ஆண் என்று குறிப்பிடும் பொழுது ஆன்மிகமான மனிதனைப் பற்றி நான் கூறவில்லை; இந்த உலகத்தில் இருக்கும் ஏனைய சாதாரண மனிதர்களைப்பற்றிக் கூறுகிறேன்.

ஒரு சராசரி மனிதன் தன் மனைவியை மோகத்தை வளர்த்துக்கொள்ளச் சாதகமானவள் என்றே கருதுகிறான். அதனால், முதலில் அவனை இந்த

மோகத்திலிருந்து வெளியே இழுத்து வர வேண்டும். அப்பொழுதுதான், மோகம் வேறு, பெண் வேறு என்ற வேற்றுமை அவனுக்குப் புரியும். மோகம் தன்னுடையது என்பது அதுவரை அவனுக்குப் புரியாது. மோகத்திலிருந்து அவனை இழுத்து வர வேண்டுமானால் மூன்று காரியங்களைச் செய்ய வேண்டும்.

1. ஒரு பெண் மோகத்தின் அடையாளமோ அல்லது மோகத்தைத் தோற்றுவிப்பவளோ அல்ல என்பதை அவன் அறிய வேண்டும்.

2. மோகத்தை வளர்த்துக்கொள்ளக்கூடாது என்பதை அவனுக்குக் கற்றுக் கொடுக்க வேண்டும்.

3. மோகம் அவனுடையது என்பதை அவனுக்கு உணர்த்த வேண்டும்.

நீ அவனுக்குப் புத்திமதிகள் கூறியோ, கெஞ்சிப் பார்த்தோ அல்லது விளைவுகளைக் கூறிப் பயமுறுத்தியோ அவனைத் திருத்த முடியாது. ஏனெனில், மோகம் மிகவும் வலிமையானது. அதனால் இங்கே மாறுபட்ட சிகிச்சை முறை கையாளப்படுகிறது. அவன் பெண்ணையே வெறுக்கட்டும். ஒரு பெண்ணிடம் எவற்றையெல்லாம் தனக்கு உகந்தவை என்று காண்கிறானோ அவற்றையெல்லாம் அவன் வெறுத்துவிடச் சித்தர்கள் அவனுக்கு உதவு கிறார்கள். அதனால் அவன் மோகத்திலிருந்து விலகிப்போவான். அப்போது மேலே கூறியுள்ள மூன்று விஷயங்களும் அவனுக்குச் சாத்தியமாகும்.

சீடன்: ஆண்களைப் போல் பெண்களுக்குந்தான் மோகம் இருக்கிறது. ஆண்களை மட்டும் ஏன் குறிப்பிட்டுச் சொல்ல வேண்டும்?

குரு: பெண்கள் படும் இன்னல்கள் போதும். அவற்றை ஏன் அதிகரிக்க வேண்டும். ஆன்மிகத்தில் உன்னத நிலையை அடைந்த ஆத்மாக்கள் பெண்களாய்ப் பிறப்பு எடுத்ததற்காகத் தாக்கப்பட்டார்கள். அதனால் ஆண்களைக் குறித்துப் பெண்கள் இவ்வாறான பாடல்களை எழுதவில்லை. அதற்குக் காரணம் என்னவென்றால், பெண்கள் அடிப்படையாகவே கருணை மிகுந்தவர்கள். ஆனால், சாதாரணமாக ஒர் ஆணின் மோகம் ஒரு பெண்ணின் மோகத்தைவிட அதிகமானது. இதற்கு விதிவிலக்குகளும் உண்டு. அவற்றை நாம் எடுத்துக்கொள்ளத் தேவையில்லை. பெண்கள் பொதுவாக ஆண்களை மோகத்தின் சின்னமாகக் கருதவில்லை.

சீடன்: 'காமினி' என்பது ஒரு சின்னமாக உள்ளது. அதற்குப் பெண்கள்தாம் காரணம் என்று அர்த்தம் இல்லை அல்லவா?

குரு: காமினி என்று குறிக்கப்படுவது மோகம். வேறு ஒன்றுமில்லை. மோகம் ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் பொதுவான ஒன்று. ஆனால், ஆணுக்கு அந்த மோகத்தைத் தன்னுடையது என்று வைத்துக்கொள்ளும் விஷத்தன்மையுள்ள வாசனை உள்ளது. பெண்ணுக்கு அத்தகைய இயல்பு கிடையாது. தன்னிடம்

இருக்கும் மோகத்தை அவள் அறிந்த போதிலும், அதைத் தன்னுடையது என்று வைத்துக்கொள்ள விரும்ப மாட்டாள். இதுதான் வித்தியாசம்.

உனக்கு வயிற்று வலி இருந்தால் சில உணவு வகைகளை உட்கொள்ளக் கூடாது. "நீ இந்த உணவை உட்கொண்டால் அது நோயை அதிகரிக்கும்" என்று உனக்குத் தெளிவாகக் கூறுவார்கள். உணவில் எந்தக் கோளாறும் இல்லை; கோளாறு உன் உடலில்தான்.

சீடன்: பெண்களிடம் 'எதிர்க்கும் தன்மை' அதிகமாக உள்ளது. ஏன்?

குரு: அது மிகச்சாதாரணமானதும், சுவாரஸ்யமானதுமாகும். பொதுவாக, எல்லா இடங்களிலும் பெண்கள் அடக்கப்படுகிறார்கள். அனேகமாக ஆண்களில் பலர் இயற்கையாகவே பெண்களை அடக்குகிறார்கள். சிலர் அதை மறைமுகமாகச் செய்கிறார்கள். பெண்கள் அவர்களுக்கு அடிபணிந்து இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறார்கள். தைரியமாகவும், உண்மையாகவும் இருக்கும் பெண்கள்கூட இதை விட்டு வெளிவர முடியாமல் இவ்வாறான நிலைமையைச் சமாளிக்கக் கஷ்டப்படுகிறார்கள். இந்தப் பெண்கள் தனிப்பட்ட முறையில் அடக்கப்பட்டு, அதனால் பாதிப்படைந்து அதை எதிர்க்க முயல்கிறார்கள். துரதிர்ஷ்டவசமாக இவ்வாறான வழிமுறைகளின் பாரம் அவர்களைக் கீழே இழுத்துவிடுகிறது. அத்தகைய நிலைமையின் அழுத்தத்தைத் தாக்குப்பிடிக்க வேண்டிய சூழ்நிலையில் பெண்கள் எதிர்ப்புத் தன்மையை வளர்த்துக்கொண்டுவிடுகிறார்கள். இது தவிர்க்க முடியாத ஒரு பெரிய தவறல்ல, சமாளிக்கக்கூடிய தவறுதான்.

சீடன்: இவ்வாறு ஏற்படுவதற்குச் சமுதாயம் காரணம் அல்லவா?

குரு: ஆமாம்; ஆனால், நீ சமுதாயத்தை ஒழித்துவிட முடியாது. ஒரு பெண் எவ்வளவு அடக்குமுறைக்கு ஆளான போதிலும் சபிப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். சபிப்பதற்கு, யாருக்கும் எந்த விதமான உரிமையும் இல்லை. அதற்கு நீ இடம் கொடுத்தால் கோபத்தால் உன்னுள் ஏற்படும் எதிர்ப்புத் தன்மையின் வலையில் நீ சிக்கிக்கொள்வாய். உனக்கு யோசிக்கவும், உன் தவறுகளைக் கண்டுகொள்ளவும் தேவையான அளவுக்குப் புத்தி உள்ளது அல்லவா? அதனால் உன்னுடைய 'எதிர்க்கும்' குணம் பிறரைப் பாதிக்கும் போது நீ வருந்துவாய். நீ அறிந்தே உன் உள் குடியிருக்கும் 'எதிர்க்கும்' குணத்தை நீ வெறுக்கத் தொடங்குவாய். உன்னுடைய எதிர்ப்புத்தன்மை உனக்கே பாதிப்பையும், வேதனையையும் உண்டாக்கும். உன்னை நீயே தண்டித்துக்கொள்ள முடியும். அதே போல், உன்னை நீயே விடுவித்துக் கொள்ளவும் முடியும். பயத்தை வெளியேற்றிவிடு. விடுபட்டு இரு.

* * * * * * *

6. செய்த தவறுகளுக்கு வருந்தித் திருந்துவது

நீ தவறு செய்தால் அதை உணர வேண்டும். அவ்விதம் உணர்ந்தால் தான் அதற்கு வருந்த முடியும். வருந்துதல் என்பது ஒரு மூலையில் முடங்கிக்கொண்டு உலகத்தை ஒதுக்கி வைப்பது ஆகாது. நீ செய்த தவற்றை வெளிப்படையாகக் கூறி, அதை ஒப்புக்கொண்டு, அதிலிருந்து நீ கற்றுக்கொண்ட பாடத்தை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டும். தவற்றை வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்ளவேண்டும். நீ உன் தவற்றை ஒப்புக்கொண்டு அதற்காக உண்மையாக வருந்தும் போது நீ மன்னிக்கப்பட வேண்டியவன் ஆகிறாய். அகங்காரமின்றி, ஒளிவு மறைவில்லாமல் தவற்றைக் கூறுவது, வெளிப்படையாக ஒப்புக்கொள்வது ஆகும்.

* * * * * * * *

சீடன்: சில சமயங்களில் நான் முன்பு செய்த தவறுகளை மறப்பதற்கு மிகவும் கஷ்டப்படுகிறேன். குற்ற உணர்ச்சியில் இருந்து விடுபட முடியவில்லை.

குரு: செயல்களில் இருவகை-நற்செயல்கள், தீய செயல்கள். காலங்கள் மூன்று-இறந்தகாலம், எதிர்காலம், இவற்றுக்கு இடையே நிகழ்காலம். அதனால் முன்பு செய்த தவறுகளும் உள்ளன. நிகழ்காலத்தில், நீ இறந்த காலத்தில் நிகழ்ந்தவற்றைக் கண்டுகொள்கிறாய். இறந்த காலத்தில் நீ செய்த செயல்களை, தற்பொழுது நிகழ்காலத்தில் உனக்கிருக்கும் எண்ணங்களுக்கும், செயல் களுக்கும் ஏற்றவாறு எடை போடுகிறாய். நீ முன்பு செய்த செயல்களைத் தவறு என்றோ தேவையற்றவை என்றோ அறிகிறாய். இதிலிருந்து, இப்போது நிகழ்காலத்தில் அவ்வாறான தீய செயல்களைச் செய்வதில் ஈடுபடமாட்டாய் என்று தெரிகிறது. எதிர்காலத்திலும் இவ்வாறு செய்யமாட்டாய். அதனால் நீ விடுபட்டு இருக்க வேண்டும்.

தவற்றுக்காக வருந்துவது உகந்தது. ஆனால், அதையே நினைத்துக் கொண்டு முடங்கிவிடாதே. விவேகமானவர்கள் மூலையில் முடங்கமாட்டார்கள். நீ செயல்கள் புரிந்தாலும், செயலிழந்து நின்றாலும் வாழ்க்கை ஓடிக் கொண்டுதான் இருக்கும். நாம் எல்லோரும் வாழ்ந்துதான் ஆக வேண்டும். அதனால் நாம் எல்லோரும் சந்தோஷமாக, குதூகலமாக மேன்மையாக வாழவேண்டும்.

பறவை பார்க்க மிக அழகாகவும், சுதந்தரமாகவும் உள்ளது. இது வெட்ட வெளியில் இருக்கும் பொழுதுதான் இவ்வாறு உள்ளது. அது தன் கூட்டிலோ, அல்லது கூண்டிலோ இருக்கும் பொழுது சந்தோஷமாகவும் சௌகர்யமாகவும்

இருப்பதில்லை. நீயும் வெளியே வர வேண்டும். உனக்கும் பறப்பதற்குச் சிறகுகள் உள்ளன. செயலாற்று; அது நற்செயலாக இருப்பினும், தீய செயலாக இருப்பினும் அதை வெளிப்படையாகப் பகிர்ந்துகொள். இல்லாவிட்டால் அது உன்னை நிழல் போல் துரத்தும். உன்னை ஏன் ஒருவன் துரத்த வேண்டும்? நீ உண்மையைக் கடைப்பிடிப்பதால் உண்மை உன்னைப் பின் தொடரட்டும். இதுதான் சத்தியமாகும். நீ முன்பு செய்த தவறுகள் உன்னை உறுத்தினால் அவற்றை வெளிப்படுத்து.

சீடன் : நான் முன்பு செய்த தவறுகளை மறப்பதற்குத் தடையாக உள்ளது எது?

குரு : மறப்பது என்றால் அவற்றை உன் நினைவிலிருந்து அழித்துவிடுவது என்று அர்த்தமல்ல. அது சாத்தியமும் அல்ல.

நீ பேசுவது உன் மூளையில் பதிவாகிறது. எழுதப்பட்ட விஷயங்களும் பதிவாகிவிடும். அதனால் உன் செயல்களை அந்த வகையில் நீ மறக்க முடியாது. மறப்பது என்பது அதைப்பற்றித் தேவையில்லாமல் கவலைப்படுவதோ அல்லது செய்த தவற்றைப்பற்றி ஓயாமல் நினைத்து மூலையில் முடங்கிக் கொள்வதோ அல்ல. நீ ஒரு தவற்றைச் செய்திருந்தால், அதை அந்தத் தருணத்திலேயே உணர்ந்துவிட்டால், அத்துடன் அது முடிந்துவிடுகிறது. நீ உன் தவற்றை உணர்ந்துகொண்டு விட்டாய் என்பதில் நீ தெளிவாக இருக்க வேண்டும். அப்போது நீ அந்தத் தவற்றை மீண்டும் செய்யமாட்டாய்.

சீடன் : நான் தவறுகளைத் தவிர்க்கிறேன் என்றால், முதலில் நான் செய்த தவறுகளை இனம் கண்டு, பிறகு மற்றவர்களின் உதவியாலோ அல்லது என் சொந்த முயற்சியாலோ அவற்றை என்னிடமிருந்து அகற்ற முயல்வது அல்லவா?

குரு: ஆமாம். சரியாகச் சொன்னாய்.

சீடன் : நாம் நம்மிடம் இருக்கும் எல்லாத் தவறுகளையும் இனம் கண்டு கொள்கிறோமா?

குரு : எப்பொழுதும் நீ ஒரே மாதிரியாக இருப்பதில்லை. சில சமயங்களில் நீ உன் தவறுகளைக் கண்டுகொள்ள மறுக்கிறாய். உன்னிடம் தவறுகள் இருப்பதில்லை என்று உனக்கு நீயே கூறிக்கொள்கிறாய். எல்லோரும் தவறு செய்யக்கூடியவர்கள்தாம் என்று முதலில் அறிய வேண்டும். அதனால் 'நான் மட்டும் ஏன் அதற்கு விதிவிலக்காக இருக்க வேண்டும், எத்தகைய தவற்றையும் தவிர்ப்பதற்கு ஒவ்வொருவரிடமும் திறன் உள்ளது. அப்படியிருக்கும் போது அதற்கும் நான் விதிவிலக்கு அல்லவே!' இவ்விதம் உணர்ந்து கொண்டால் நீ உன் தவறுகளை, ஒரு கதைப்புத்தகம் படிப்பது போல மிகத் தெளிவாக இனம் கண்டு கொள்வாய். நீ படிக்கும் கதையில் வரும் பாத்திரங்களை நீ படைக்கவில்லை. நீ அந்தக் கதையை எழுதவும் இல்லை.

ஆனால், படிப்பதற்கு மிகவும் சுவாரஸ்யமாக உள்ளது. நீ கதையிலிருந்து வெளியில் இருப்பதால், உனக்கு அது தெளிவாகவும் புரிகிறது அல்லவா? அது போல் நீயும் உன்னைவிட்டு விலகியிருந்து, உன் தவறுகளை இனம் கண்டு கொண்டு அதிலிருந்து வெளியே வருவதற்கு வழிவகுக்க வேண்டும். தவறுகளை வெறும் பழக்கத்தால், ஓயாமல் வெளியே கூறிக்கொண்டு இருந்தால், அது, நீ தவறுக்கு வருந்தி, அதை நேரிடையாக ஒப்புக்கொள்வதன் புனிதத் தன்மையைக் குறைக்கும். ஆகவே, கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும்.

சீடன் : நம்முடைய தவறுகளை ஒப்புக்கொண்டால் நமக்கு நிம்மதி உண்டாகிறது. இந்த நிம்மதியை எப்படித் தக்க வைத்துக்கொள்வது?

குரு : அமைதியை நம்மிடம் தக்க வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதற்காக நீ கருணையாகவும் உண்மையாகவும், பொறுமையாகவும், சகிப்புத் தன்மையாகவும், நேர்மையாகவும், சந்தோஷமாகவும் இருப்பது மிக அவசியம். அதே போல், உன் தவறுகளை நேர்மையுடன் வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்வதும் மிகவும் அவசியமானது. இவ்வாறு இல்லாவிட்டால் அமைதி பெற முடியாது.

நீ தவறு செய்திருக்கிறாய். அதாவது ஒருவனுக்குத் தீங்கு இழைத்திருக் கிறாய் என்று வைத்துக்கொள்வோம். அப்பொழுது அதை உன் நண்பன் உனக்கு எடுத்துக் கூறும் நிலையில் இருக்க வேண்டும். இது எவ்வாறு சாத்தியமாகும்? ஒன்று, உன்மீது அவனுக்கிருக்கும் அன்பினால்; இரண்டாவது, உன்மீது அவனுக்கிருக்கும் நம்பிக்கையால்; மூன்றாவது, உன் தவற்றை உனக்கு எந்த விதத்தில் எடுத்துக் கூறுகிறான் என்பதால். இவையெல்லாம் அடிப்படையான விஷயங்களாகும். இறைவனிடமிருந்து ஒருவரும் எதையும் ஒளிக்கவோ, மறைக்கவோ முடியாது. நீ எப்பொழுதும் பவித்ரமாய் இருக்க விருப்பம் கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் விடுதலை பெற முடியும்.

சீடன் : நான் என் தவறுகளை உணர்ந்த பிறகுதான் அதைப்பற்றி வருந்தவோ, வெளிப்படையாக ஒப்புக்கொள்ளவோ முடியும் அல்லவா?

குரு : ஆமாம். நீ தவறு செய்திருக்கிறாய் என்று உணர்ந்தால்தான் அதற்கு வருந்த முடியும். உன் தவற்றை உணராத வரையில் அதற்காக வருந்துவது கடினமானது. வருந்துவதைத் தள்ளிப் போடாதே.

யாராவது ஒருவர் உனது தவறுகளைச் சுட்டிக்காட்டினால் உடனேயே அதற்கு மறுப்புத் தெரிவிக்காதே. அமைதியாக இரு. அவர் கூறுபவை முற்றிலும் தவறாகவே இருந்தாலும் நீ அமைதியாய் இருப்பதால் உனக்கு நன்மை உண்டாகும். நீ பண்பட்டிருக்கிறாயா என்று உன்னைச் சோதிப்பதாக இருக்கலாம். நீ முன்னேறுவதற்கு இது ஒரு நல்ல சந்தர்ப்பம் என்று எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். நீ அமைதியாய் இருக்க வேண்டுமென்றால், நீ மௌனமாய் இருப்பது மிகவும் அவசியம். இது மிகவும் முக்கியமான ஒன்று.

சீடன் : தவறுகளை வெளிப்படையாக எவ்வாறு ஒப்புக்கொள்வது?

குரு : அகங்காரமின்றி, ஒளிவு மறைவில்லாமல் நீ செய்த தவற்றைக் கூறுவது, அதை வெளிப்படையாக ஒப்புக்கொள்வது ஆகும். நீ மனப்பூர்வமாகவும், நேர்மையாகவும் தவற்றை ஒப்புக்கொள்ளும் போது நிச்சயம் மன்னிக்கப்பட வேண்டியவன் ஆகிறாய். நீ மன்னிப்பைப் பெற்றதால், நீ செய்த, செய்யும் அல்லது செய்யப்போகும் தவறுகளின் பலாபலன்களிலிருந்து தப்பிவிடுவாய் என்று நான் சொல்லவில்லை. ஒவ்வொரு செயலுக்கும் தவிர்க்க முடியாத பிரதிபலன் உண்டாகும் என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை. தவறு செய்தவன் எங்கே சென்றாலும், எங்கே ஒளிந்தாலும் அவன் அவனுடைய செயலின் விளைவைச் சந்தித்தாக வேண்டும். அப்பொழுது ,"செய்த தவற்றின் விளைவை அவன் தவிர்க்கமுடியாது என்றால் அதை ஏன் வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்ள வேண்டும்? மீண்டும் அப்படிப்பட்ட தவற்றைத் தவிர்த்தால் மட்டும் போதுமே!" இவ்வாறான ஒரு கேள்வி எழும்புகிறது அல்லவா? இதற்குப் பதில் என்னவென்றால், நீ உன் தவற்றை வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொள்ளவில்லையென்றால், நீ மீண்டும் அத்தகைய தவறுகளைச் செய்வாய். ஏனென்றால், வெளிப்படையாகக் கூறுவது உனது தவறுகளை ஒப்புக் கொள்வது மட்டுமல்லாமல் அது உன் உள்ளத்தையும் தூய்மைப்படுத்துவது ஆகும்.

ஒரு சங்கத்தில் ஒருவன் தவறு செய்துவிட்டால் அவன் தன்னுடைய தவற்றால் பாதிக்கப்பட்டவனையோ அல்லது அத்தவற்றைப்பற்றி அறிந்திருப்பவனையோ சந்திப்பதைத் தவிர்க்கக்கூடாது. இதில் மூன்று விதம் உள்ளது. அவற்றுள் ஒன்று, ஒருவருக்குத் தீங்கு இழைத்திருப்பவன், அதனால் பாதிப்படைந்தவன், இதை அறிந்திருப்பவன். இவர்களெல்லாம் ஒரே சங்கத்தின் அங்கத்தினர்கள். இதில் மிகவும் நேர்மையாக நடந்துகொள்ள வேண்டும். தவறு செய்தவன், அதனால் பாதிக்கப்பட்டவனிடம் மன்னிப்புக் கேட்க வேண்டும். தன் தவற்றைப்பற்றி விரிவாக வெளிப்படையாக அவனிடம் கூறவேண்டும். நீ உன்னிடம் எதையும் ஒளித்து வைத்திருக்கும்வரை, சுதந்தரமாக இருக்க முடியாது. அதற்காக ஒரு சங்கத்தையே கூட்டி நீ செய்திருக்கும் தவறுகளையெல்லாம் அவர்களிடம் கொட்ட வேண்டும் என்று நான் கூறுவில்லை. அது சரியான வழியாகாது.

சீடன் : வெளிப்படையாகத் தவறுகளை ஒப்புக்கொள்வது சில சமயங்களில் கடினமாக உள்ளது. ஏன்?

குரு : யாவற்றிலிருந்தும் விடுபட்டு இருப்பதை நீ அவ்வளவாக விரும்பாததால் தான் அது கடினமாக உள்ளது. மனிதன், பிறரிடம் குறை காணும் துணிச்சலை வளர்த்துக்கொண்டிருக்கிறான். ஆனால், தன்னுள் பார்க்கும் திறமையை அழித்துக்கொண்டுவிட்டான். உன்னுடைய தவறுகளைக் கண்டு கொள்வதற்குப் பெரிய ஆராய்ச்சி தேவையில்லை. தவறுகள் நிலவையும், நட்சத்திரங்களையுங்காட்டிலும் தெள்ளெனத் தெரிபவை. நீ கருப்புக் கண்ணாடி

அணிந்துகொள்வதால் கதிரவன் தன் பிரகாசத்தை இழந்து விடுவானா? ஆயிரம் மின்சார விளக்குகளின் ஒளியைப் பாய்ச்சினாலும் நிலவின் ஒளியை மேலும் அதிகரிக்க முடியாது.

சீடன் : கடவுளிடம் மட்டும் நாம் நம் தவறுகளை வெளிப்படையாக ஒப்புக் கொண்டால் போதுமா?

குரு :அதுமட்டும் போதாது. உன் தவறுகளால் பாதிக்கப்பட்டவனிடம் நீ செய்த தவறுக்கு வெளிப்படையாக வருந்த வேண்டும். அப்படிச் செய்யாமல் நீ கடவுளிடம் மட்டும் ஒப்புக்கொள்வதோடு நிறுத்திவிடுவாயானால் நீ விளைவுகளைச் சந்திக்காமல் நழுவுகிறாய் என்று ஆகும்; நீ நேர்மையாக இல்லை என்றும் ஆகும். உன் தவறுகளால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் உன்மீது எரிச்சலுடன் குமுறிக்கொண்டிருக்கும் வரை உனக்குக் கடவுளின் மன்னிப்புக் கிடைக்காது. உன் தவறுகளால் பாதிக்கப்பட்டவரை உன்னால் சந்திக்க இயலவில்லை என்றால் அப்பொழுது இறைவனிடம் வருந்துவது போதுமானது. உன் வருத்தம் உண்மையாக இருந்தால், இறைவன் அதை ஏற்றுக் கொள்வார்.

நீ ஒருவனுக்குத் தீங்கு இழைத்த பிறகு இன்னொருவனுடன் நட்பு வைத்துக்கொண்டு, அந்தத் தவற்றிலிருந்து தப்ப முயலக்கூடாது. அது போரில் ஒரு குழந்தையைக் கேடயம் போல் உபயோகிப்பதற்கு ஒப்பாகும். இவ்வாறான செயல்கள் பாபங்களைவிடவும் மோசமானவை. நீ செய்த தவறுகள் பொதுவானவை என்றால், நீ அவை குறித்துச் சங்கத்தில் உள்ள மற்ற நபர்களிடம் வெளிப்படையாகப் பேசவேண்டும். அதற்காகக் கூட்டம் கூட்ட வேண்டுமென்ற அவசியமில்லை. ஆனால், உன் மனத்தில் எதையும் மறைத்து வைத்துக்கொள்ளக் கூடாது. இன்னொன்று, மற்றவர்களுடைய தவறுகளைப்பற்றிப் பேசும் பொழுது உன்னுடைய தவறுகளைப்பற்றியும் உரைக்கலாம். அது வருந்துவதாகும். வருந்துவது என்றால், ஒரு மூலையில் முடங்கிக்கொண்டு உலகத்தாரிடமிருந்து ஒதுங்கியிருப்பது அல்ல. அது நீ செய்த தவறுகளை ஒப்புக்கொண்டு அவற்றுக்காக வருந்தி அந்தத் தவறுகளிலிருந்து நீ கற்றுக்கொண்ட பாடத்தை மற்றவர்களுடன் பகிர்ந்து கொள்வது ஆகும். நீ தவறு செய்து, அடி விழும் போது, இறைவன் அல்லது அன்னை அல்லது குரு அல்லது உன்னுடைய நண்பன் என்று யாருடைய புகழையாவது பாடுவதாலோ, அல்லது உன் புகழையே பாடிக்கொள்வதாலோ உன் தீய செயலின் விளைவுகளை மாற்றிவிடமுடியும் என்று நினைக்காதே.

தவறுகளைச் சமாளிப்பதில் மனிதர்களுக்கும் மேலிருக்கும் ஞானிகளுக்கும் உள்ள வேற்றுமை இதுதான்-ஒருவன் தவறு செய்துவிட்டால் மனிதர்கள் ஆர்ப்பாட்டம் செய்து, குழப்பமான சூழ்நிலையை உண்டாக்கிவிடுவார்கள். ஞானிகளோ, அதற்கு மாறாக மௌனம் சாதிப்பார்கள். உன் மனசாட்சியின் எச்சரிக்கும் குரலைக் கேட்டு நீ அதன்படி திருந்தி நடப்பாய் என்ற எதிர்பார்ப்பில் அவர்கள் மௌனம் சாதிப்பார்கள். தன் மனசாட்சியின்

குரலுக்குச் செவிசாய்க்காமல், மனிதன் சில சமயம் தவறுகள் அல்லது பாவங்களைச் செய்கிறான். அப்போது மனசாட்சியின் குரலே கேட்காதபடி அதை அடக்கி அழுத்திவிடுவான். அத்தகைய செயல், ஒரு சேவல் உன்னைக் கூவி எழுப்பியதற்காக அதன் கழுத்தை நெரிப்பது போன்ற செயலாகும். தான் செய்த தவறுகளைப்பற்றி யாருக்கும் தெரியாது என்று நினைத்துக்கொண்டு கம்பீரமாகவும், ஆடம்பரமாகவும் பவனி வருவான். சகதியில் இருப்பவன் அவன் மேல் வீசும் துர்நாற்றத்தை அறியமாட்டான். ஆனால், 'ஞானிகள் யாவற்றையும் அறிந்தவர்கள். மனிதன் ஒவ்வொரு முறை தவறான அடியெடுத்து வைக்கும் பொழுதும், மனசாட்சியின் குரல் அவனைத் திருத்த முயல்கிறது. ஆனால், அவன் ஒவ்வோர் அடி வைக்கும் பொழுதும் அதற்குச் சமமான சக்தியுடன் அந்தப் புனிதக் குரலை அழுத்துகிறான். பாவம் செய்தவன் உபதேசிப்பவனாகும் நிலை வரலாம். அப்பொழுதுதான் மேலிருக்கும் ஞானிகள் செயல்பட ஆரம்பிக்கிறார்கள். அவர்கள் செயல்பட ஆரம்பித்தால் எந்த விதமான சப்தமும் இருக்காது. ஆனால், வலியும் வேதனையும் அதிகம். அதனால் நீ செய்வதையும், செய்யாததையும் இறைவன் நன்றாக அறிவான் என்பதில் தெளிவாகவும் உறுதியாகவும் இரு. நீ எதை நினைக்கிறாய், நீ எதை நினைக்கவில்லை என்று அவன் அறிவான். அன்பின் பெயரால் அவன் மௌனமாக இருக்கிறான். ஏனென்றால், நீ உன் மனசாட்சியின் குரலைக் கேட்டு அதன்படி நடப்பாய் என்று நம்புகிறான். அதற்கு மாறாக நீ நடந்தால், நீ அழிவை வரவேற்கிறாய் என்பது மட்டுமல்ல, அதை நோக்கி விரைவாக ஓடவும் செய்கிறாய் என்று பொருள்.

தவறான நடத்தை மூலந்தான் உன்னிடமுள்ள எல்லா நலன்களையும் நீ இழக்க நேரிடுகிறது. உன்னுடைய நடத்தை மிகவும் உயர்ந்ததாக இருக்க வேண்டும். உன்னுடைய குணம் மற்றவர்கள் பின்பற்றுமாறு, மேன்மையான ஓர் உதாரணமாகத் திகழவேண்டும். உன்னுள் எந்த விதமான குணக்கேடும் இல்லாமல் இருந்தால்தான் நீ வெளியிலும் பிரகாசிக்க முடியும். நடத்தை! நடத்தை! நடத்தை! இது முக்கியமான ஒன்றாகும். நீ நன்நடத்தையுடன் இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை உணர்ந்து அதற்காகப் பாடுபட வேண்டும். உண்மையை மிதமாகவும் அன்புடனும், எத்தகைய எதிர்ப்பு நேரிட்டபோதிலும் உறுதியாகவும், எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் உரைக்க வேண்டும். இவ்வாறு யாரால் செய்ய முடியும்? விழிப்புடன் இருப்பவனுக்குத் தான் இது சாத்தியம். 'உண்மையைப்' பேசுவதற்கு நீ ஞானியாக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை; உண்மையை பேசப் பேசத்தான் ஒருவன் ஞானியாகிறான்.

சீடன் : மனம் சோர்வுற்று இருக்கும் ஒருவனை ஊக்குவிப்பது எவ்வாறு?

குரு : முதலில் நீ மனச்சோர்வு இல்லாமல் நிம்மதியுடன் இருக்க வேண்டும். அப்போதுதான் மற்றவனும் இருக்க வேண்டும் என்று உன்னால் பிரார்த்திக்க முடியும். ஆனால் ஒன்று, அவன் சம்மதமில்லாமல் உன்னால் ஆசுவாசப் படுத்த முடியாது. கடவுளே முழுப் பிரகாசத்துடன் கீழே இறங்கி வந்து

பேசினால்கூட, ஒருவன் மாற விரும்பவில்லை என்றால், அவனுக்கு ஏற்பட்ட அனுபவங்களிலிருந்து பாடம் கற்றுக்கொண்டு நேர்மையாக நடக்க விரும்பவில்லை என்றால் கடவுளாலுங்கூட எதுவும் செய்ய முடியாது.

சீடன் : ஒருவன் என்னைப் புண்படுத்தினால் நான் கோபம் அடைந்து, ஆனால், பிறகு சமாதானம் அடைந்துவிடுகிறேன் என்று வைத்துக் கொள்வோம்; இருவருக்கும் இடையிலான மனக்கசப்பை அழித்து, நட்புக் கொள்ளும் வகையில் நான் முதல் அடி எடுத்து வைக்க வேண்டுமா?

குரு : தன்னுள் இருக்கும் இறைவனை உணராததால்தான் ஒருவன் பிறரைப் புண்படுத்துகிறான். உன் உள் இருக்கும் இறைவனை நீ உணராததால்தான் நீ புண்படுகிறாய். ஆக, இரண்டுமே ஒன்றுதான். இதற்கு நல்ல தீர்வு என்னவென்றால், மற்றவனிடம் நேரிடையாக ஒழுங்கான முறையில் பேசுவது ஆகும். இவ்வாறு செய்வது முதலில் கடினமாக இருக்கும். பிறகு, சுலபமாகிவிடும்.

சீடன் : அவனிடம் நான் வெளிப்படையாகப் பேச முயற்சி செய்ய வேண்டியது அவசியமா?

குரு : நீ உள்ளே காயப்பட்டிருந்தால் இவ்வாறு செய்வது உனக்கு உதவலாம். அப்படிச் செய்த பிறகும் உன் காயம் ஆறாமல் இருந்தால், நீ, யாவற்றுக்கும் அடிப்படையான முதற்படிக்கு மீண்டும் வரவேண்டும்- அதுதான் உன்னுள் இருக்கும் இறைவனை உணர்ந்துகொள்வது. 'அடிப்படையைப் புரிந்துகொள்' என்று நான் மீண்டும் மீண்டும் சொல்வதற்குக் காரணம் இதுதான். நீ என்ன செய்தாலும், எப்படித்தான் முயன்றாலும் உன்னுள் இருக்கும் இறைவனை நீ உணராதவரை இப்படிப்பட்ட பிரச்சினைகளைச்சமாளிப்பது உனக்குக் கடினமான விஷயந்தான். உன்னை நீ உணர்ந்து கொண்டு, இந்த உலகத்தில் ஆனந்தமான, பயனுள்ள வாழ்க்கையை வாழ வேண்டும். உணர்வது என்பது மரணமோ, அல்லது உலகத்தை விட்டு நீங்கிவிடுவதோ அல்ல. உணர்வது என்பது இறைவனை உணர்ந்து ஒழுங்கான முறையில் வாழ்வது ஆகும். இதை நினைவிலிறுத்திக்கொண்டால்தான் எந்த முயற்சிக்கும் பலன் இருக்கும்.

பாடகன் ஒழுங்காகப் பாடாத போதுதான், இரசிகன் பாடலைப்பற்றி சிந்தனையில் ஈடுபடுகிறான். ஒழுங்காகப் பாடும் போது அவன் பாட்டில் முற்றிலுமாக லயித்துக் கரைந்துவிடுகிறான். முயற்சியில் வேதனையும், வலியும் இருக்கக்கூடாது. நீ என்னவாக வேண்டும் என்பதில் மிகத் தெளிவாக இருக்க வேண்டும். 'எண்ணம் போல் வாழ்வு'.

சீடன் : ஒருவன் தன் தவறுகளைத் தன் உள்ளே வைத்துக்கொள்ளாமல் எப்படி அதை வெளிப்படுத்துவான்?

குரு : எதிலுமே வெளிப்படையாக இருப்பவன்தான் தைரியசாலி, சுதந்தர மானவன். எல்லாவற்றிலும் ரகஸ்யமாக இருப்பவனால் சரியாகத் தூங்கமுடியாது. உண்மை வெளிப்படுமோ என்ற பயம் அவனுக்கு எப்போதும் இருக்கும். உள்ளொன்று வைத்துப் புறமொன்று பேசுபவனால் யாரிடமும் நட்புக்கொள்ள முடியாது. உன்னுள் இருக்கும் குப்பைகளை எரிக்க வேண்டும்.

தேவையானவற்றை யாரும் எரிப்பதில்லை. தேவையற்ற குப்பைகளைத்தான் எரிக்கிறோம். குப்பையை எரிப்பதால் உண்டாகும் நெருப்பு நாறுவதில்லை. மாறாகப் பவித்ரமான ஒளியைத் தந்து குளிரையும் விரட்டுகிறது. நம் நடுக்கத்தையும் தீர்க்கிறது. நீ வெளிப்படையாக இருந்துவிட்டால் நடுக்கம் இல்லை. யாவற்றிலிருந்தும் விடுபட்டு இருக்க வேண்டும். சந்தோஷமாக இருப்பவர்களுக்குக் கட்டுப்பாடு இல்லை; அவர்கள் சுதந்தரமானவர்கள். சந்தோஷமாக இருப்பது எப்படி? மற்றவர்களைப்பற்றித் தேவையற்ற அபிப்பிராயங்களோ அல்லது உன்னை அவர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்த்துப் பொறாமையோ அல்லது கோபமோ கொள்ளாமல் இருந்தால் சந்தோஷமாக இருக்கலாம். மகிழ்ச்சியாக இருப்பவர்கள் மற்றவர்களிடமிருக்கும் நல்லதைக் கண்டுகொள்வார்கள். அதே சமயத்தில், தாங்கள் செய்த தவறுகளையும் அறிவார்கள். ஆனால், இந்த இரண்டனாலும் பாதிக்கப்படமாட்டார்கள். படகோட்டி நதியில் படகை ஒட்டும் பொழுது எப்பொழுதும் பாடிக்கொண்டே இருப்பான். அவன் சோர்வுற்றால் படகோட்டுவதை வேண்டுமானால் நிறுத்துவானே தவிரப் பாடுவதை நிறுத்தமாட்டான். நீ அவ்வாறு இருக்க வேண்டும். உன்னை நீ உணர்ந்து கொள்வது வேறு; சந்தோஷமாகவும் சுதந்திரமாகவும் இருப்பது வேறு. ஆனால், உன்னால் சுதந்திரமாக இருக்க முடியவில்லை என்றால் உண்மையை உணர்ந்து கொள்ளவும் முடியாது.

சந்தோஷமாக இருப்பவர்கள் அன்பின் செய்தியைத் தங்கள் கண்களால் தெரிவிப்பார்கள். எந்த விதமான பயனும் இல்லாமல் அங்குமிங்கும் வியர்த்தமாகப் பார்வையைச் செலுத்துவதில் எந்த நன்மையும் இல்லை. உன் பார்வை ஜீவனுள்ளதாகவும் பொருள் பொதிந்ததாகவும் இருக்கவேண்டும். பார்வை எதையும் புரியவைப்பதாக, இதம் தருவதாக, ஆசுவாசப்படுத்துவதாக, ஊக்குவிப்பதாக இருக்க வேண்டும். பார்வை அன்பைப் பிரதிபலிக்க வேண்டும்.

* * * * * * *

7. பாசமும் பற்றும், அவற்றின் வலைகளும்

இன்னொருவர்மீது சார்ந்து இருப்பது அல்லது பற்றுக்கொள்வது என்பது நம் எல்லோரிடமும் பாம்புபோல் பதுங்கிக்கொண்டிருக்கும், வெறுக்கக் கூடிய ஓர் இயல்பு. ஒருவரிடம் ஒருவர் பொது விஷயங்களில் உள்ள ஆர்வத்தைக் கண்டுகொள்வதாலும், அந்தத் தருணத்தில் ஞானம் உண்டாவது தடைப்படுவதாலும், இந்தப் 'பாசம்' என்பது உள்ளே நுழைகிறது. அந்தச் சமயத்தில்தான் 'பற்று' என்பது உள்ளே நுழைந்து தன்னுடைய விஷத்தை முழுவதுமாகப் பாசத்தினுள் செலுத்துகிறது. விழிப்புடன் இருப்பது தான் தடுப்பதாகும். தடுப்பதுதான் குணப்படுத்துவது ஆகும். நீ உன் எல்லையை மீறி மற்றவனின் விஷயங்களில் தேவையில்லாமல் ஈடுபட்டால் சிக்கிக்கொள்வாய்.

* * * * * * * *

சீடன் : பாசமும் பற்றும் ஒன்றுதானா?

குரு : அவை இரண்டும் ஒன்றுவிட்ட சகோதரர்கள். பற்றுதான் பாசத்தை உண்டாக்குகிறதா அல்லது பாசந்தான் பற்றை உண்டாக்குகிறதா என்று கண்டுகொள்வது மிகக் கடினம். இதைப்பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன். இன்னொருவன்மீது சார்ந்திருப்பது, மற்றவனிடம் பற்றை ஏற்படுத்திக் கொள்வது, உன்னைப் போல அதே விஷயங்களில் ஆர்வம் கொண்டவனை இனம் கண்டு அவனுடன் இருக்க விழைவது ஆகிய இயல்புகள் நம் எல்லோரிடமும் பாம்பைப் போல் பதுங்கிக்கொண்டிருப்பவை. உன்னைப் போல் அதே விஷயங்களில் ஆர்வம் கொண்டிருப்பவனை இனம் கண்டுகொள்ளும் பொழுது, ஞானத்தின் கண்காணிப்பில் நீ இல்லையென்றால், பாசம் உள்ளே நுழையும். உடனே பற்று தன் விஷத்தை முழுவதுமாக அந்தப் பாசத்துக்குள் செலுத்துகிறது. எவ்வளவுதான் படித்தவனாக இருந்தபோதிலும், 'பற்று' என்ற விஷம் கலந்த பாசத்தின் பிடியிலிருந்து தப்புவது மிகக் கடினம். ஏனென்றால், அவன் விஷத்துடன் அல்லவா ஒப்பந்தம் செய்துகொண்டிருக்கிறான்? அந்த விஷத்திற்கு முறிவு ஞானம் ஒன்றுதான். விழிப்புடன் இருப்பதுதான் தடுப்பதாகும். தடுப்பதுதான் குணப்படுத்துவதாகும்.

சீடன் : இப்படிப்பட்ட பிரத்யேகமான பாசம் ஒருதலைப்பட்டதாக இருந்தால் அந்த இன்னொருவன் எவ்வாறு நடந்துகொள்வான்?

குரு : ஒரு பறவை இருக்கிறது; ஒரு வலையும் இருக்கிறது; ஆனால், பறவை வலையில் சிக்கிக்கொள்ளாமல் இருக்கிறது.

சீடன் : வலையில் சிக்கிக்கொண்ட பறவைக்கு வலையில் சிக்காமல் இருக்கும் பறவை என்ன செய்யும்?

குரு : ஒருவருக்கொருவர் விஷயங்களைப் பரிமாறிக்கொள்வது ஞானத்தின் அடிப்படையில் இருந்தால் அந்த இரண்டு பேரும் பறவைகளாகவே இருப்பார்கள். அங்கே பறவைகளும் உண்மையுந்தான் இருக்கும். இந்தப் பரிமாற்றம் ஞானத்தின் அடிப்படையில் இல்லாவிட்டால் ஒரு பறவை இன்னொரு பறவைக்குக் கண்ணியாகிவிடும். தான் கண்ணியில் அகப்பட்டுக்கொண்டதை அது எப்பொழுது உணரும்? சிக்கிக்கொண்டுவிட்டதால் தோன்றும் வேதனையை அது உணரும் போது!

சீடன் : துன்பத்தை இன்பமென்று சில சமயங்களில் தவறாக எண்ணி விடுகிறேன். அதைத் தவிர்ப்பது எவ்வாறு?

குரு : இல்லை! இல்லை! கண்ணியில் அகப்படுவதற்கு முன்புதான் துன்பம் இன்பம் போல் தோன்றுகிறது. இதில் மிகத் தெளிவாக இரு. பறவை, முதலில் அந்தக் கண்ணிதான் தனக்கு வசிப்பதற்கு உகந்த இடம் என்று நினைக்கிறது. அது ஒரு முட்டாள். அதிலிருக்கும் கவர்ச்சியான தீனியைப் பார்த்து, அதை உண்ணும் ஆசையினால் அது அந்தக் கண்ணியில் சிக்கிக்கொள்கிறது. தன்னுடைய தவற்றைப் பிறகுதான் உணருகிறது. தவறு தவறுதான்.

சீடன் : அந்தப் பறவை அதிலிருந்து வெளிவருவதற்கு அதன் தாயால்தான் உதவ முடியும் அல்லவா?

குரு : வேடன் வருவதற்கு முன், ஒரு சிறுமி வந்துகூட அந்தப் பறவையை விடுவிப்பவளாயிருக்கலாம்!

சீடன் : நீங்கள் வேடனை யாருடன் ஒப்பிடுவீர்கள்?

குரு : வேடன்தான் 'சாத்தான்'. வேடன் மிகவும் சக்தி வாய்ந்தவன்; ஆனால், அந்தச் சிறுமி தன் லாகவமான பிஞ்சு விரல்களால் பறவையை விடுவிப்பாள்!

சீடன் : நம் எல்லோரிடமும் பொதுவிஷயங்களை அறிவதில் இருக்கும் ஆர்வத்தை வளர்த்துக்கொண்டால், அதன்மூலம் பாசத்தால் உண்டாகும் பிரச்சினை தீரும் அல்லவா?

குரு : இல்லை! இல்லை! நீ எல்லோரையும் சமமாகப் பார்க்க வேண்டும். எல்லோரையும் சமமாக நடத்த வேண்டும். அதற்குக் கருத்துப் பரிமாற்றமும், செய்கைப் பரிமாற்றமும் அவசியமாகின்றன. இந்தப் பரிமாற்றம் அவரவர் ஆர்வத்தைப் பொறுத்தே நிகழ்கிறது. ஆர்வம் இரண்டு வகையானது- பொதுவான விஷயங்களில் ஆர்வம், அரிதான விஷயங்களில் ஆர்வம். உன் ஆர்வத்தைப் பொதுவான விஷயங்களோடு நீ நிறுத்திக்கொண்டுவிட்டால் பாசத்தின் வலையில் அப்பொழுதோ அல்லது பிறகோ நீ சிக்கிக்கொள்ளக்

கூடிய அபாயம் உள்ளது. நீ விழிப்புடன் இருந்தால் பொது விஷயங்களையும், தனிப்பட்ட விஷயங்களையும் சமமாக ரசிப்பாய். அப்பொழுதுதான் நீ பத்திரமாகவும் பாதுகாப்பாகவும் இருக்கலாம்.

சீடன் : அப்படியானால், ஒவ்வொரு தனி மனிதனோடும் சேர்ந்து பொதுவான ஒன்றை அடைவதற்குப் பாடுபடலாமா?

குரு : அப்படிச் செய்யலாம். அப்படிச் செய்யும் போது நீ தனிப்பட்டதாக எந்த விஷயத்திலும் ஆர்வத்தை வளர்க்காதே. சில விஷயங்கள் எல்லோருக்கும் பொதுவாக உள்ளன. நீ இவ்வாறு இருந்தால் அப்பொழுது இந்தப் பொதுவான விஷயங்களும், தனிப்பட்டனவாக உள்ள விஷயங்களிலிருக்கும் ஆர்வமும் இரட்டைக் குதிரைகளாகி, நீ அதன் மேல் ஏறிக்கொண்டு மகிழ்ச்சியுடன் சவாரி செய்யலாம். இது சிறிது கடினமானது. ஆனால், முயன்றால் இது சாத்தியமாகும்.

சீடன் : இரட்டை ஆத்மாக்கள், ஜன்மஜன்மமாக இருவருக்குமிடையே இருக்கும் தனிப்பட்ட பாசத்தால் பிறக்கின்றனவா?

குரு : அவை இரட்டை ஆத்மாக்கள் அல்ல. கொடுமையான புற்று நோயான பாசத்தினால் இவர்கள் இரட்டையாகப் பிறக்கிறார்கள். ஆரம்பத்தில் இது ஒரு சிறிய பரு அல்லது கட்டி போல் இருக்கும். பிறகு, நீ 'பாசம்' என்று கூறுவதற்கு முன்பே அது மிகவேகமாகப் பரவும். இது மிகவும் கவனத்துடன் நோக்க வேண்டிய விஷயமாகும். பாசம் பகையை வளர்க்கக்கூடாது. உன்னிடம் புனிதமான அன்பு உள்ளது. ஆனால், அதன் எல்லையில் பகை ஒளிந்திருக்கிறது. அதனால் நாம் பாசத்தை ஒரு விளக்காக எடுத்துக்கொண்டு வெளியே இருப்பவர்களைப் பார்க்கலாம். அப்போது இவ்வுலகின் எழில் நம்மால் அதிகரிக்கும்.

சீடன் : விழிப்புணர்ச்சிதான் நம்மைத் தனிப்பட்ட பாசத்தில் முழுகாமல் தடுத்து நிறுத்துமா?

குரு : ஆம்; விழிப்புடன் இருந்தால் அதைத் தவிர்க்கலாம். நீ உன் வழியில் நட; பிறர் விஷயத்தில் தேவையில்லாமல் தலையிட்டால் சிக்கிக்கொள்வாய். அதனால், உன் எல்லையை மீறிச் செல்லாதே.

சீடன் : சிலரிடம் மட்டுமே தனிப்பட்ட பாசத்துடன் நாங்கள் இருக்கக் கூடாது என்று கூறினீர்கள். ஆனால், சிலருடன் எங்களுக்குப் பொதுவான விஷயங்களில் ஈடுபாடு உள்ளது. அது நல்ல விஷயங்களில்தான் என்றாலும் அதுவும் இந்தத் தனிப்பட்ட பாசத்தை உண்டாக்குகிறது அல்லவா? அதற்கு என்ன செய்வது?

குரு : பொதுவான விஷயங்களில் உள்ள ஆர்வத்தால் நெருக்கம் தோன்றினால் பரவாயில்லை. ஆனால், அதிலும் நீ எல்லையை மீறிச்

செல்லக்கூடாது. பொது விஷயங்களில் உனக்கிருப்பதைப் போன்ற ஆர்வம் யார்யாருக்கு உள்ளதோ அவர்களிடம் மட்டுமே நீ நெருக்கம் கொள்வதால் வாழ்க்கையின் ஒரு வியக்கத்தக்க அம்சம் உனக்குப் புலப்படாமலே போய்விடக்கூடும். உலகத்தின் அழகு பல விதமான விஷயங்களைப் பொறுத்தது. அப்படிப் பல விதங்களும், ரகங்களும் இருப்பதால்தான் இயற்கையில் ஈடுபடும் தன்மை மாறாமல் நிலைத்து இருக்கிறது. அதனால் காத்துக்கொண்டிரு.

நீ கவனத்துடன் இருந்தால், நீ இதுவரை காட்டாத பல அரிய ஈடுபாடுகளைப் பிறரிடம் காண்பாய். அவற்றில் நீயும் ஆர்வம் கொள்ளத் தொடங்கினால், உன்னுடைய வாழ்க்கை மேலும் அழகாகும். அழகை வணங்கினால் மட்டும் போதாது, அதை வளர்த்து அதிகரிக்கவும் வேண்டும்.

சீடன் : ஒருவன் தன்னை அறியாமல் எந்தத் தருணத்தில் தனிப்பட்ட பாசத்தில் சிக்கிக்கொள்வான்?

குரு : இது ஒரு நல்ல கேள்வி. ஒன்று, நீ எதைக் கண்டும் ஆச்சரியப்படாமல் இருக்க வேண்டும் அல்லது இயற்கையின் அழகைக் கண்டு வியப்படையும் தன்மை நிரந்தரமாக இருக்க வேண்டும். இதைப்பற்றி விரிவாகக் கூறுகிறேன். நீ யாரைக் கண்டாலும், யார் உன்னுடைய வீட்டின் கதவைத் தட்டினாலும், அவர்களைக் கண்டவுடன் உன் முகத்தில் ஆச்சரியமும், அன்பும் இருக்க வேண்டும். இது எல்லோருக்கும் பொதுவாக இருக்க வேண்டும். நீ ஒரே மலரை நூறு முறை பார்க்க நேர்ந்தாலும் சலிப்பு அடையாமல் ஒவ்வொரு முறையும் அதன் அழகைப் பாராட்டி வியந்து ரசிக்கக் கற்றுக்கொள். ரசித்து வியக்கும் தன்மையை எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் இழந்துவிடாதே. அன்பு வெளிப்படுத்தப்பட வேண்டும். அன்பு பொதுவானதாக இருக்க வேண்டும். அன்பு எந்த நோயையும் குணப்படுத்தும் மருந்து.

நாம் எல்லோரையும் சமமாக நடத்த வேண்டும். இதுதான் ஆன்மிகப் பாசத்தின் தன்மை. எந்த விதமான வேற்றுமையும் பாராட்டக்கூடாது. வேற்றுமை இருந்தால் அது தனிப்பட்ட பாசமாகும். இன்னொன்று, முற்பிறவியின் தொடர்ச்சியாக விவரிக்க முடியாத நினைவுகளால்கூட இது தோன்றலாம். ஆனால், அதையும் நீ தவிர்க்க வேண்டும். நீ மீண்டும் பிறந்துவிட்டாய் என்ற பிறகு, உன் முற்பிறவி உனக்கு ஒரு பொருட்டல்ல. பிறவிகள் மீண்டும் மீண்டும் ஏற்படுபவை. அப்படி ஏற்படுவதை உன் நன்னடத்தையாலும், ஆன்மிக வழியில் செல்வதாலும் நீ உடைக்க வேண்டும்.

சீடன் : இந்த 'விழிப்புணர்ச்சி' -அது ஒவ்வொருவருக்கும் பிறக்கும் போது உடன் வருவதா? வளர வளர அது மங்கிவிடுகிறதா?

குரு : அதன் வளர்ச்சி பாசத்தால் குன்றிவிடுகிறது. மறதிதான் அதை மூடும் கதவாகும். ஆனால், விழிப்புணர்ச்சி எல்லாவற்றையும் மீட்டுத் தருகிறது.

இந்த விழிப்புணர்ச்சியை நீ பற்றி இருந்தால், உனக்குப் புரியாதவைகூட விவரிக்கப்படும். மனிதன் இறக்கும் பொழுது அவனுக்கு அவனுடைய வாழ்க்கை எப்படிப் பொதுவான முறையில் விவரிக்கப்படுகிறதோ அது போல் இருக்கும், விழிப்புணர்ச்சி புகட்டும் பாடமும்.

சீடன் : சில சமயங்களில் நாம் சிலருடன் நன்றாக ஒத்துப்போகிறோம். சிலருடன் அவ்வாறு முடிவதில்லை. நாம் ஒவ்வொருவருடனும் இணைந்திருக்க என்ன செய்வது?

குரு : பிறருடன் ஒத்துப்போகும் தன்மை இல்லாமல் இருப்பது உன்னுடைய தவறுதான் என்பதை முதலில் நீ ஒப்புக்கொள். சிலருடன் நீ கொள்ளும் பிரத்யேகமான தனிப்பட்ட ஈடுபாடு உன்னைப் பிறரிடமிருந்து பிரித்துவிடும். ஒரு சங்கத்தில் உள்ள எல்லோரிடமும் உன்னால் ஒரே மாதிரி நடந்து கொள்ள முடியவில்லை என்றால், நீ அதிலிருந்து விலகிவிடுவதே மேல். கை செய்யும் வேலையைக் கால் செய்வதில்லை. ஆனால், கை, காலுடன் நன்றாக இணைந்து செயல்படுகிறது. இதயம் உடலின் மிகவும் அவசியமான ஓர் உறுப்பு. நீ உட்கொள்ளும் உணவு நேரிடையாக உன் இதயத்துக்குச் செல்வதில்லை. அது முதலில் உன் வயிற்றுக்குச் செல்கிறது. இருப்பினும் இதயமும் வயிறும் ஒன்றோடொன்று ஒத்திருந்து நன்றாகச் செயல்படுகின்றன. உருவத்திலும் அளவிலும் செய்யும் வேலைகளிலும் வேற்றுமை இருந்தாலும் அவை ஒன்றுக்கொன்று இணைந்து செயல்படுகின்றன.

நீயும் அது போல இருக்க வேண்டும். கண்ணாடியில் உன் முகத்தைப் பார்க்கும் பொழுது உனக்கு ஏற்படும் மகிழ்ச்சி, அடுத்தவன் முகத்தைப் பார்க்கும் பொழுதும் உனக்கு ஏற்பட வேண்டும்.

சீடன் : மனிதர்களுக்குக் குடும்ப உறவுகள் தற்செயலாக ஏற்படுபவையா?

குரு : அவை தற்செயலாக ஏற்படுவதில்லை. முன்வினைப் பயனால் அவை ஏற்படுகின்றன. அதனால்தான், பெரிய மகான்கள் மனிதனை அவன் குடும்பத்தை விட்டு விலகி இருக்குமாறு சொல்வதில்லை. உன் குடும்பத்திலுள்ள ஒவ்வொரு நபருக்கும் நீ கடன்பட்டிருக்கும் கடமைகளைச் சரியாகச் செய்யவில்லை என்றால், நீ கர்மச்சுழலைப் பூர்த்தி செய்யமாட்டாய். உன் கடமைகளையும், உன் குடும்பத்தையும் விட்டு ஓடினால், வினைப்பயனை மேன்மேலும் அதிகரித்துக்கொள்வாய். நீ குடும்பத்தில் இருந்துகொண்டு, உன் கடமைகளைச் செய்து வா; அதே சமயத்தில் விடுபட்டும் இரு.

சீடன் : குடும்ப உறவுகள் அவ்வாறு அமையக் காரணம் என்ன? என் தந்தை என்ன காரணத்தினால் இப்பொழுது என் தந்தையாக இருக்கிறார்? அவர் முற்பிறவியில் எனது நெருங்கிய நண்பனாய் இருந்திருப்பாரோ? இதை விளக்குவீர்களா?

குரு : இல்லை! இல்லை! அவ்வாறு இருக்க வேண்டும் என்று அவசியம்

இல்லை. உன் தந்தை முற்பிறவிகளில் உனது விரோதியாகக்கூட இருந்திருக்கலாம். அதற்குப் பிறகு நீங்கள் இருவரும் வெவ்வேறு ஜன்மங்களில் இயைந்திருக்கப் பழகி, இப்பொழுது உனக்கு அவர் அன்புத் தந்தையாகவும், நீ அவருடைய அன்பு மகனாகவும் இருக்கும் நிலைக்கு வந்திருக்கலாம். ஒன்றை நினைவில் வைத்துக்கொள். எந்த உறவும் சுமுகமாக உள்ளதா என்று முதலில் பார். நான் 'உறவு' என்று, ஒரு குடும்பத்தில் கணவன், மனைவி, தந்தை, மகன், சகோதரன், சகோதரி போன்ற உறவுகளைக் குறித்துக் கூறுகிறேன். இருவருக்கிடையிலான உறவு சுமுகமாக இருந்தால், அவர்களைப் பொறுத்தவரையில் ஒருவருக்கொருவர் இருக்கும் கர்மாக்களுக்கு முடிவு ஏற்பட்டு, அந்த உறவில் விடுதலை தொடங்கிவிட்டது என்று பொருள். அவர்களுக்கிடையில் உள்ள வினைகளும் அவற்றின் விளைவுகளும் ஒரு தீர்வு நிலையை அடைந்துவிட்டன என்று பொருள். அப்படி ஒரு சுமுகமான உறவு உனக்கு ஏற்பட்டால் அந்த வினைச்சுழலில் சிக்கிக்கொள்ளாமல் இருக்கும்பொருட்டு அந்தச் சுமுகமான நிலையைத் தக்க வைத்துக் கொள்வதற்கு முயற்சி செய். அப்பொழுது அங்கே அன்பு ஏற்படுகிறது. நீ எல்லோரிடமும் அன்பாக இருந்தால், நீ கர்மா அல்லது வினைப்பபனில் சிக்கிக்கொள்ளமாட்டாய். அதனால்தான் அன்பைப் பிரச்சாரம் செய்கிறார்கள். அன்பு மேன்மையானது. அது எல்லாவற்றையும் கடந்து இருப்பது.

யாருமே தற்செயலாக ஒரே குடும்பத்தில் பிறப்பதில்லை. எந்த உறவுக்கும் வினைப்பயனே காரணம். அதனால் உறவுகள் சுமுகமாக இருக்க வேண்டும். சில தவிர்க்க முடியாத சூழ்நிலையினால் உறவை எந்த விதத்திலும் சுமுகமாக வைத்துக்கொள்ள முடியவில்லை என்றால், அப்பொழுது அங்கே வெறுப்போ, விரோதமோ ஏற்பட்டுவிடாமல் பார்த்துக்கொள். அது உனக்கு ஒரு பாதுகாப்பாக அமையும்.

உனக்குப் புரிவதற்காக ஒரு குடும்பத்தைப்பற்றி விளக்கினேன். இப்பொழுது நண்பர்களுக்கு வரலாம். நட்பும் தற்செயலாக ஏற்படுவதில்லை. ஆனால், விரும்பித் தேர்ந்தெடுத்துக்கொள்வது ஆகும். நண்பர்களைத் தேர்ந்தெடுப்பதும் வினைப்பயன்தான். நீ முற்பிறவியில் உன் நண்பனின் மகனாகக்கூட இருந்திருக்கலாம். இப்படி ஒரு சாத்தியக்கூறு உண்டு என்பதை நீ உணர்ந்து புரிந்துகொண்டால், அப்பொழுது உண்மையான குடும்பம் என்ன என்பது உனக்குத் தெரியவரும். அதனால்தான் பெரிய மஹான்கள், மனிதன் அவன் குடும்பத்தை விட்டுச் செல்வதை ஆமோதித்ததேயில்லை. நீ உன் பெற்றோருக்குப் பிறந்திருக்கிறாய். அது ஒரு குடும்பம். அங்கே உன் உறவுகள் சுமுகமாக இருப்பதை உறுதி செய்துகொள்வது உன்னுடைய முதல் கடமை. எல்லோரையுமே ஒரே குடும்பமாகப் பார்ப்பது சாலச் சிறந்தது. முதலில் உன்னுடைய பெற்றோரையும், உன் நண்பர்களையும் ஒரே குடும்பத்தின் அங்கத்தினர்களாக நடத்தப் பழகு.

சீடன் : கணவனுக்கும் மனைவிக்கும் இடையே இருக்கும் உறவு ஜென்ம ஜென்மமாக அதே போல் தொடர்கிறதா?

குரு : சில அவ்வாறு, சில அவ்வாறில்லை.

சீடன் : 'கணவன்-மனைவு' என்ற உறவை நிர்ணயிப்பது எது?

குரு : நான் உனக்குச் சில விஷயங்களைக் கூறுகிறேன். சில கணவன் மனைவி ஜோடி, ஜன்ம ஜன்மமாக இணைந்திருக்கும். அவர்களுடைய தன்மையால், மீண்டும் அதே போல் பிறந்து ஜோடியாக வாழ்கிறார்கள். அவர்கள் மீண்டும் மீண்டும் பிறக்கிறார்கள். ஆனால், எதற்காக மீண்டும் மீண்டும் பிறப்பெடுக்க வேண்டும்? பிறப்பை நிறுத்தவேண்டுமென்றால் மரணத்தைக் கடக்க வேண்டும் அல்லவா? அப்பொழுது இணைந்து இருக்கும் தன்மையே அதற்குத் தடையாகிவிடுகிறதே! புரிகிறதா? இணைந்திருக்கும் தன்மையைப்பற்றிப் பெருமை கொண்டு, அதற்குத் தேவையில்லாமல் முக்கியத்துவம் கொடுத்தால், அந்த ஜோடி மீண்டும் மீண்டும் சேர்ந்திருக்கும்பொருட்டுப் பிறப்பெடுத்தாக வேண்டும்.

சில சமயங்களில் சில தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கோ, அல்லது ஒரு குறிப்பிட்ட சமுதாயத்திற்கோ, கூட்டத்திற்கோ சேவை செய்வதற்காக இருவர் இணைந்து பிறப்பெடுக்கலாம்.

முனிவர்கள் கீழே இறங்கி வந்து பிறப்பெடுத்தால் அவர்களுடைய பத்தினிகளுடன்தான் வருவார்கள். ஒரு முனிவரின் பத்தினி முனிவரைவிட எந்த விதத்திலும் குறைந்தவரல்ல. முனிவர் அவ்விதமாக இருப்பதற்கு அவருடைய பத்தினி ஒரு முக்கியமான காரணம். அதனால் முனிவர் தனியாக வரமுடியாது. மீண்டும் மீண்டும் ஒன்றாகப் பிறப்பெடுத்து வாழும் ஜோடிகளைப் பார்த்தோம். இன்னொரு வகையும் உள்ளது; முற்பிறவியிலோ அல்லது பிறவிகளிலோ ஏதாவது ஒரு வகையில் ஒருவரால் மற்றொருவர் கவரப்படுவதாலும் அவர்களுக்கு இடையில் கணவன் மனைவி உறவு ஏற்படுகிறது. ஒருவருடைய வெளித்தோற்றத்தாலோ அல்லது அவருடைய அக அழகினாலோ கவர்ச்சி ஏற்படலாம். அவர்கள் இருவருமே தங்களை அறியாமல் கர்மச்சுழலில் சிக்கிக்கொள்கிறார்கள். ஒருவர் அதீதமாகக் கவரப்பட்டுவிட்டதாலேயே அந்த மற்றொருவர் அவருக்கு இணையாக இறங்கி வந்து பிறப்பெடுக்க வேண்டிய கட்டாயமும் ஏற்படலாம். அதனால்தான், திடமான மனமும், தடுமாற்றமில்லாத குணமும் இருக்க வேண்டும் என்று போதிக்கப்படுகிறது.

சீடன் : ஆன்மிகப் பாதையில், கணவன் மனைவிக்கு இடையே உள்ள உறவு பந்தமாகுமா?

குரு : அந்த உறவு பந்தமாகாது. அது ஒருவரை ஒருவர் சார்ந்து இருப்பதாகும்.

சீடன் : ஒருவரையொருவர் சார்ந்திருப்பது ஆன்மிக வளர்ச்சிக்குத் தடையாகிவிடாதா?

குரு : அது தடையாக இருக்கக்கூடாது. ஒரு கணவனும் மனைவியும் பொதுவாக அந்நியோந்நியமாக இருக்கிறார்கள். ஆனால், ஒருவரை ஒருவர்

நன்றாக அறியமாட்டார்கள். அவர்கள் இருவரும் ஆன்மிகப் பாதையில் நுழைந்து, அங்கு வேறு சிலரைச் சந்திக்கிறார்கள். யாரோ ஒருவர் அவர்களுக்கிடையே பந்தம் இருப்பது நல்லதல்ல என்று கூறுகிறார். அதை அவர்கள் தவறாகப் புரிந்து கொண்டு, இவ்வாறு இருப்பது தவறு என்று எண்ணுகிறார்கள். அதனால் வேறு இடத்தில் தகாத உறவை அவர்கள் வைத்துக்கொள்கிறார்கள். இரண்டு உறவுகளையும் அதனால் இழக்க நேருகிறது. முதலில் அவர்களிடையே பந்தம் இருக்கவில்லை. ஆனால், வெளியே தகாத உறவுகள் வைத்துக்கொள்வதால் இல்லாத பந்தத்தை இருப்பதாக நினைத்துக் காயப்படுகிறார்கள். இது ஏன் நேரிடுகிறது என்றால், நீ உன் மணவாழ்க்கையில் இருந்து எதை எதிர்பார்க்க வேண்டும் என்பதில் தெளிவாக இல்லாததால்தான். ஒரு மனைவிக்குத் தன் கணவன் கதாநாயகனாக இருக்கக்கூடாது. அவள் தன் கணவன் கதாநாயகனாக இருக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்த்தால் அவள் ஏமாற்றம் அடைவாள். அதே போல், கணவனும் தன்னுடைய மனைவி மிகுந்த புத்திசாலியாகவும் உருவ அழகுள்ளவளாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று முட்டாள்தனமாக எதிர்பார்த்தால் ஏமாற்றந்தான் அடைவான். இருவரும் எவ்விதம் இருக்கிறார்களோ அவ்விதமே ஒருவரையொருவர் ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். அதுதான் விவேகம். ஒவ்வொருவரும் மற்றவரிடம் இருக்கும் நல்லதைப் பாராட்டிக்கொள்ள வேண்டும். ஒருவரிடம் குறை இருந்தால் அதை மற்றவர் நிரப்ப வேண்டும். உன்னிடம் இல்லாததைப் பற்றி இருப்பதாக யூகித்துக்கொள்ளக்கூடாது. ஒருவரிடம் ஒரு விஷயம் இல்லாமல் இருப்பது வேறு, நீ அவரிடம் இல்லாத ஒன்றை இருக்க வேண்டும் என்று ஆசைப்படுவது வேறு. இவ்விரண்டு விஷயங்களையும் குழப்பிக் கொண்டால், நீ மற்ற நபருடன் ஏமாற்றம் அடைவாய். அதனால் அந்த ஆசையைப் பூர்த்தி செய்துகொள்வதற்காக வேறு இடத்தில் தகாத உறவை நாடுகிறாய். அதனால், ஒன்றை அடைய வேண்டும் என்று ஓயாமல் ஆசைப்படாதே.

நீ எங்கே தவறு செய்திருக்கிறாய் என்று உன்னை ஆராய்ந்து பார். உன்னிடம் இருக்கும் குறையைக் கண்டுகொள். மற்றவன் உனக்கு எந்த அளவுக்கு உதவ முடியும் என்று அதையும் அறிந்துகொள். அது போதும் உன்னை யாரும் திருப்தி செய்ய முடியாது. ஏனென்றால், ஆத்மா திருப்தியுற்றதாக உள்ளது. ஒரு கணவனும் மனைவியும் ஒருவருக்கொருவர் பாதுகாப்பாக இருக்க வேண்டும். ஒருவருக்கொருவர் மரியாதையுடன் நடந்துகொள்ள வேண்டும். 'கணவன்-மனைவி உறவு' மிகமிகப் புனிதமானது. ஒரு கிடைத்தற்கரிய சூழ்நிலையால்தான் இருவருமே குருவின் இரண்டு கண்களாம் சத்யமும் தர்மமும் ஆட்சி செய்யும் ஆன்மிகப் பாதையில் இருக்கிறார்கள். அதை நீ உணரவில்லை என்றால் இந்த உறவின் புனிதத் தன்மையை உணரமாட்டாய். இந்த உறவிற்கிடையே யாரும் வரக்கூடாது; எந்த நினைவும் வரக்கூடாது. கணவனும் மனைவியும் மிகவும் நெருங்கிய நண்பர்களாக இருக்க வேண்டும். ஒருவர் தவறு செய்தால் மற்றவர் அதைச் சுட்டிக் காண்பிக்க வேண்டும். உதவி வேண்டும் என்று கேட்பதற்கு முன்பே ஒருவருக்கொருவர் உதவ வேண்டும். அதற்காகத்தானே அவர்களை இணைத்திருக்கிறார்கள்.

சீடன் : ஒருவன் நேர்மையாகவும், வெளிப்படையாகவும் இருந்தால் அவனுடைய ஒளிவுமறைவின்றி இருக்கும் தன்மை அதிகரிக்குமா?

குரு : ஆமாம். நீ உன் மனத்தில் உள்ள விஷயங்களை வெளிப்படையாகக் கூறலாம். நேர்மையாக இருப்பது மிக அவசியம். ஓர் ஆணோ, பெண்ணோ நேர்மையாகவும் உண்மையை மறைக்காமல் வெளிப்படையாக இருந்து, அவர்கள் இறைவனை அடைவதற்கு விடாமல் முயற்சியும் செய்து கொண்டிருந்தால் எல்லாத் தேவர்களும், எல்லாம் மஹரிஷிகளும் அவர்களுக்கு உதவியே ஆக வேண்டும். அவன் ஒரு முட்டாளாக இருக்கக்கூடும்; அவன் மரியாதை தெரியாதவனாய் இருக்கக்கூடும்; அவனிடம் நிறைய குறைகள் கூட இருக்கலாம். ஆனாலும், அவர்கள் அவனுக்கு உதவக் கடமைப்பட்டிருக்கிறார்கள். ஒருவன் சிறிதளவு மாறுவதற்குக்கூட மேலிருக்கும் ஞானிகள் உதவ வேண்டும். நேர்மையும், மாறவேண்டும் என்ற விருப்பமும் எப்பொழுதும் இருந்தால்தான், அவன் விரைவாக முன்னேறலாம்.

நீ நேர்மையாகவும் க(ு)மையாக உழைக்கவும், ஆன்மிகத்தில் வளர, வேண்டும் என்று இருந்தால் எதற்கும் ஆசைப்படாமல் இரு. ஆசை, உதறிவிடக்கூட முடியாத அளவிற்கு மிகவும் மெலிதானது. அதைக் கூச்சலிட்டு அடக்கவும் முடியாது; தாலாட்டித் தூங்க வைக்கவும் முடியாது; பாடி மயக்கவும் முடியாது; சபித்துத் தள்ளவும் முடியாது. ஆசையை உன்னுள் நுழையவே விடாதே. அதை நுழையவிட்டால் பின் வெளியேற்றுவது கடினம்.

சீடன் : ஆன்மிக வழியில், நம்க்காக இல்லாமல் பிறர் நன்மை பெற வேண்டும் என்று ஆசைப்படுவதுகூடத் தவறா?

குரு : உன்னுடைய ஆசை மற்றவர்களுக்காக இருந்தால், அவர்கள் நன்மை பெற வேண்டும் என்று விரும்பு. அவர்களுக்காகப் பிரார்த்தனை செய். ஆசையைத் தவிர்ப்பதற்கான முதற்படி என்னவென்றால், நீ எந்த விதமான அபிப்பிராயத்தையும் உருவாக்கிக்கொள்ளக்கூடாது. ஆசை, கிருமியைப் போன்றது. உன்னுடைய பகைவன் மிகப்பெரியவனாக இருந்தாலும், உன் எதிரில் இருந்தால் நீ அவனை எப்படியாவது சமாளிக்கலாம். ஆனால், உனக்குள் கிருமியைப் போலப் பல்கிப் பெருகும் ஆசையைச் சமாளிப்பது மிகவும் கடினம். எந்த ஆசையும் உன்னை எதுவும் செய்ய முடியாதபடி உன் மனத்தில் மேன்மையான எண்ணங்களை வளர்த்துக்கொள். மேன்மையான எண்ணங்கள் நிறைந்தவனாக நீ இருந்தால் ஆசையென்னும் கிருமிகள் உள்ளே நுழைந்தாலும் அவை போராடி அந்தக் கிருமிகளை விரட்டும்.

சீடன் : நாம் ஏதாவது ஒன்றை அடைய வேண்டும் என்று ஆசை கொள்ளக் கூடாதா?

குரு : ஆர்வம் வேறு, ஆசை வேறு. கடவுளைக் காணவேண்டும் என்று ஆசை கொள்ளக்கூடாது. கடவுளைப் பார்க்க வேண்டும் என்று ஆர்வந்தான் கொள்ள வேண்டும். ஒருவன் மோகத்தில் ஆர்வம் கொள்ள முடியாது. மோகம்

உன்னை விழுங்கிவிடும்; இழுத்துவிடும். ஒருவன் உண்மையை அறிவதற்கும், அதற்கப்பாற்பட்டு இருப்பதை அறிவதற்கும் அவனுடைய அறிவை வளர்த்துக் கொள்வதில் ஆர்வம் கொள்ள முடியும். ஆனால், "பொய் சொல்வதில் எனக்கு ஆர்வம்" என்று யாரும் கூற முடியாது. உண்மையை ஆர்வத்துடன் நாடும் ஒரு மனிதன், அதைத் துரத்திக்கொண்டு செல்வான். ஏனென்றால், உண்மை அமிர்தத் துளிகளைத் தெளிக்கின்றன. அவன், இது அமிர்தந்தானா இல்லையா என்று நிச்சயமாக அறியும்பொருட்டு எதையும் இழக்கத் தயாராகிறான். அதாவது, உன்மையை நாடுபவன் அதை அறிவதற்காக எல்லாவற்றையுமே இழக்கத் தயாராகிறான். 'உண்மை' தான் அறுதியானது; அரிய செல்வம்; அற்புதமான சக்தி என்பதை உண்மையை நாடுபவன், அவன் ஆரம்ப காலத்தில் அறியமாட்டான். ஆனாலும், அவன் தன் முயற்சியை விடமாட்டான். உண்மையை என்னவென்று அறிவதில் அவனுக்கிருக்கும் ஆர்வம் அவனை முயன்றுகொண்டே இருக்கச் செய்யும். ஆசையைப் பொறுத்தவரை, மனிதன் ஆசைப்பட்டதை முதலில் அடைந்து பின்னர் அதிலிருந்து வெளிவருகிறான். ஆர்வத்தைப் பொறுத்தவரை, முயன்று கொண்டேயிருந்து இறுதியில் அதை அடைகிறான்.

சீடன் : 'ஆசை' என்பது ஒரு பொருள்மீது உண்டாகும். ஆனால், 'ஆர்வம்' அப்படியில்லை அல்லவா ?

குரு : ஆசையின் அடிப்படை, புலன்களால் நுகரப்படும் பொருள்களைப் பற்றிய அறிவுதான். வெளிமுகமாகச் செல்லும் புலன்கள் ஆசையைத் தோற்றுவிக்கின்றன. உள்முகமாகத் திரும்பும் புலன்களின் தந்தை 'ஆர்வம்' ஆகும். புலன்களை உன் 'உள்' நோக்கித் திருப்ப, அவை 'தந்தை'யான ஆர்வத்தை வணங்கும்.

சீடன் : இறைவனை நம்பும் ஒருவனுக்கு யாவும் கிடைக்கின்றன. ஆனால், அவன் செல்வத்தை அனுபவிக்காமல் விட்டுவிட வேண்டும் அல்லவா?

குரு : இல்லை; செல்வத்தின்மீது அவனுக்கு இருக்கும் பற்றைத்தான் விட்டுவிட வேண்டும். பற்று எதன்மீதானதாக இருந்தாலும், அப்பற்றை விடவேண்டும். நீ உன் மனைவியையோ, குழந்தைகளையோ விட்டுவிட வேண்டும் என்று எந்த இறைதூதரும் ஒரு போதும் கூறுவதில்லை. நீ ஆவியைப் போல் அவர்களையே சுற்றிச் சுற்றி வரக்கூடாது. அப்படி வருவாயானால் அதுதான் பற்று. அந்தப் பற்றை நீ விட்டுவிட வேண்டும். அதைத் தியாகம் என்று நினைத்துக்கொண்டு விடாதே; அது தியாகம் அல்ல.

நீ உன் உள்ளிருக்கும் ஆத்மாவைப் பார்க்க வேண்டும் என்று நான் விரும்புகிறேன். அப்பொழுதுதான் உன் அழகு உனக்குப் புரியும். உன்னுடைய அகத்தின் அழகைக் கண்டுகொள்ள வேண்டும். அதுதான் உண்மையான அழகாகும்.

சீடன் : எல்லாவற்றையும் நமக்குச் சொந்தமாக்கிக்கொள்ள வேண்டும் என்ற ஆசை மேலோங்கி இருக்கிறது. ஆனால், உண்மையில் நாம் எதையும் நம்முடையது என்று கூற முடியாது; ஏனெனில், நாம் இந்த உலகத்தை விட்டுச் செல்லும் பொழுது எதையும் நம்முடன் எடுத்துச் செல்வதில்லை. அதனால் எதையும் நம்முடையது என்று சொந்தம் கொண்டாடுவதைத் துறக்க வேண்டும் என்பது புரிந்தாலும், அதை நடைமுறைப்படுத்துவது மிகவும் கடினமாக உள்ளதே, அது ஏன்?

குரு : இந்த உலகம் நம்முடையதுதான். ஆனால், இது நமக்குச் சொந்தமில்லை என்பதை நாம் எல்லோரும் அறிவோம். ஏனென்றால், நமக்காக இவ்வுலகை ஏற்கனவே ஒருவர் உருவாக்கியிருக்கிறார். வீட்டைக் கட்டுவோர் சிலர். ஆனால், அதில் வசிப்போர் வேறு சிலர். அதனால் நாம் நமக்குத் தேவையில்லாத பொழுது ஏன் வீடுகள் கட்ட வேண்டும்? இந்த உலகம் இருப்பது நமக்காகவே. இதை நீ புரிந்துகொள்ளாததால் இந்த உலகத்தின் சிருஷ்டியைக் கண்டு நீ ரசிப்பதில்லை; மாறாக, அதை உனக்குச் சொந்தமாக்கிக்கொள்ள விரும்புகிறாய். நீ இந்த உலகத்தையோ அல்லது அதன் சிருஷ்டிகளையோ ஒரு பொழுதும் உனக்குச் சொந்தமாக்கிக்கொள்ள முடியாது. முடியும் என்று நீ எண்ணுவதால்தான் பிரச்சினையே தோன்றுகிறது.

இன்னொன்று! எதன்மீதாயினும் ஆசை அகற்றப்பட வேண்டியதே. அது ஒரு பொருளை அடைய வேண்டும் என்ற ஆசையானாலும் சரி, ஒரு திறனைப் பெறவேண்டும் என்ற ஆசையானாலும் சரி. திறனுக்கு உருவம் கிடையாது. ஆனாலும் அதை அடைய ஆசைப்படுவதும் வெறுக்கக்கூடியதே. ஓர் உதாரணம் தருகிறேன். நீ எல்லோரையும்விட மிகச்சிறந்த பாடகனாக வேண்டும் என ஆசைப்படுகிறாய் என்று வைத்துக்கொள். அப்பொழுது நீ சிக்கிக்கொள்வாய். அந்தத் தீவிர ஆசையின் காரணமாக உன்னால் நன்றாகப் பேசக்கூட முடியாமல் போய்விடும். ஆசையின் பாதை மிகக் கொடூரமானது. ஆசை அழித்துவிடும். ஆர்வம் செழிக்கச் செய்யும். நிறைய நல்ல மனிதர்கள் ஏதோ ஓர் அற்ப ஆசையினால் மணல் போல் கீழே சரிந்து விடுகிறார்கள்.

சீடன் : ஒருவனுடைய மேம்பட்ட பொருளாதார நிலை அவனை ஒரு விவாதத்தில் என்னைக்காட்டிலும் உயர்ந்த நிலையில் வைக்கும் அல்லவா?

குரு : வாழ்க்கையை முழுமையாக எடுத்துக்கொள். அதில் தனிப்பட்டதாக ஆன்மிகமானது, பொருளாதாரமானது என்று எதுவும் இல்லை. உன்னால் எதையும் குறிப்பிட்டு இதுதான் ஆன்மிகம் அல்லது இதுதான் முழுமையான பொருளாதாரம் என்று சுட்டிக்காட்ட முடியாது. அதனால் நீ எங்கே இருந்தாலும், எதைச் செய்தாலும் இதைக் கவனத்தில் வைத்துக்கொள்.

சீடன் : மனிதர்களின் மனத்தில் அழகின்மீதான ஆசை மேலோங்கி இருக்கிறது.

குரு : அழகு என்றால் என்ன? இந்த எலும்பும், சதையுமா? நீ உயிரோடு இருந்து, உன் உடலைப் பேணி வரும்போதே அது நாற்றமெடுக்கிறதே! ஒருவர் உடல் ஊனமுற்று இருப்பது குறித்தோ, மனவளர்ச்சி குன்றியிருப்பது குறித்தோ கேலி செய்பவர்கள் ஆன்மிகத்தைப் பொறுத்தவரை நோயுற்றவர்கள். உடல் ஊனத்தைச் சமாளிக்கலாம், மனவளர்ச்சி குன்றியிருப்பதைக்கூடச் சமாளிக்கலாம். ஆனால், ஆன்மிக நோயை எவ்வாறு சமாளிப்பது? அதனால் நீ ஆன்மிக நோயாளியாக ஆகக் கூடாது.

சீடன் : உடலின் கட்டுப்பாட்டைக் கடப்பது எவ்வாறு?

குரு : இந்த உடலின் செயல்திறன் ஓர் எல்லைக்குள் உன்னைக் கட்டுப்படுத்த முடியாது என்பதை முதலில் நீ நம்ப வேண்டும். நம்மை எதுவும் கட்டுப்படுத்த முடியாது என்று நாம் எல்லோரும் நம்புகிறோம். அதே சமயத்தில் நாம் கட்டுக்குள் இருக்கிறோம் என்பதையும் உணருகிறோம். இந்த உடலின் குறுகிய செயல்திறன் நம்மைப் பாதிக்கிறது. எளிமையான மனது இருக்கப்பெற்றால் நாம் அதிலிருந்து வெளிவர முடியும். எளிமையான மனது உனக்கு எப்படி உண்டாகும்? எல்லா விஷயங்களிலும் உள்ள தனிப்பட்ட ஈடுபாடுகளை முறிக்க வேண்டும். இப்படிச் செய்தால் உனக்கு நிம்மதி உண்டாகும். அந்த நிலையில் நீ உன் உடலிலும் இருப்பாய், உடலைக் கடந்தும் இருப்பாய். அப்பொழுது உன்னை ஒரு கொசு கடித்தால் வலி இருக்கும்; ஆனால், அல்லலுறமாட்டாய். எதையும் சுலபமாக எடுத்துக்கொள்ளும் எளிமையான, நிம்மதியான மனநிலை வாய்க்கப்பெற்றால்தான் உன்னால் இவ்வாறு இருக்கமுடியும்? உன்னுடலைப்பற்றி மட்டும் இவ்விதம் எண்ணாமால் உன்னோடு தொடர்புடையோரின் உடல்களைப்பற்றியும் நீ அப்படியே நினைக்க வேண்டும். பார்த்தால் தொடர்பு ஏற்படுகிறது; எண்ணத் தலைப்பட்டால் தொடர்பு உறுதிப்படுகிறது.

* * * * * * * *

8. ஆன்மிக வளர்ச்சியைப்பற்றிய சிந்தனைகள்

அதிகம் படித்திருப்பதால் தங்களுக்கு எல்லாம் தெரியும் என்று சிலர் எண்ணுகிறார்கள். சிலர் அதிகம் கேள்விப்பட்டிருப்பதால் அவ்வாறு எண்ணுகிறார்கள். சிலர் நிறைய பேசுவதாலும், சிலர் நிறைய சிந்திப்பதனாலும், தாங்கள் எல்லாம் அறிந்தவர்கள் என்று எண்ணுகிறார்கள். ஆனால், மிகச்சிலரே தங்களுக்கு எதுவும் அதிகமாகத் தெரியாது என்று உணர்கிறார்கள். கடவுளின் நினைவுதான் பெரும் பொக்கிஷம் என்பதை அவர்கள் அறிவார்கள்.

ஆன்மிக வளர்ச்சியில் நீ எந்த இடத்திலிருந்து ஆரம்பிக்கிறாயோ, அதே இடத்திற்குத்தான் முடிவிலும் வந்து சேருவாய். ஆனாலும், ஓர் அற்புதமான பயணம் செய்திருப்பாய்.

* * * * * * *

சீடன் : ஆன்மிக வளர்ச்சிக்கு இந்த உடல் மிக அவசியமா?

குரு : ஆரம்பத்தில் இவையெல்லாம் ஓர் அவசியத்திற்காக ஏற்பட்டவையில்லை. எல்லாம் வெறும் லீலைதான்; கடவுளின் விளையாட்டு. அதனால் நன்மைதான் விளையும். அந்த விளையாட்டில் ஆத்மா உடலுக்குள் வைக்கப்பட்டுள்ளது. முதலில் அதனால் எந்த விதமான பிரச்சினையும் இருக்கவில்லை. ஆனால், தேவையற்ற குணக்கேடுகளைச் சேர்த்துக்கொண்டதால் பிரச்சினைகள் தோன்றின. என்ன பிரச்சினைகள்? ஆரம்பத்தில் விடுபட்டிருந்த ஆத்மா பிறகு சிறைப்பட்டது எதனால் என்பவற்றைப் பார்ப்போம்.

இந்த உடல் பஞ்சபூதங்களால் ஆனது. அவை நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று, ஆகாயம் என்பவையாகும். முதன்முதலில் ஆத்மா உடலில் வசித்திருந்த போதிலும் உடலில் இருந்து தனிப்பட்டு அதற்குக் கட்டுப்படாமல் இருக்க வேண்டும் என்ற விதிக்கு உட்பட்டிருந்தது. அதற்கும், இப்போது நீ இருப்பதற்கும் என்ன வேறுபாடு? வீட்டில் இருப்பதற்கும் சிறையில் இருப்பதற்குமுள்ள வேறுபாடுதான். சிறையில் உன்னைக் கட்டிப் போடாமல் இருந்தாலும் சிறை சிறைதானே! வீடாக இருந்த உடல் சிறையாயிற்று. உடலைத் தோற்றுவித்த பஞ்சபூதங்களின் விகிதத்தைப் பிரிக்கும் வழிமுறை குணக்கேடுகளால் தொலைந்துவிட்டது. இந்த வழிமுறை தொலைந்த பொழுது இந்த விகிதம் மேலோங்கி இருந்தது. இது மேலோங்கிய பொழுது அது அந்த ஆத்மாவைத் தொடாமல் அதைச் சிறைப்படுத்தியது. அதனால் இப்பொழுது ஆன்மிக வளர்ச்சிக்கு இந்த உடல் அவசியமானதாகும். நீ இந்த உடலில் இருக்கும் பொழுதே பஞ்சபூதங்களை விகிதம் தெரிந்து பிரிக்கும் வழிமுறையை

மீண்டும் நினைவுபடுத்திக்கொண்டால், பிறகு, உன் விருப்பப்படி பிறவிகள் எடுத்து, உன் உடலை எந்த ஒரு காரியத்திற்காகவும் பயன்படுத்த முடியும். அந்த நிலையில் அந்த உடல் தேவையற்ற குணக்கேடுகளால் உன்னை வசப்படுத்தி உன்னை அதில் சிக்க வைக்க முடியாது.

சீடன் : ஆன்மிகமாக முன்னேறுவதற்கு ஓர் ஆத்மா உடலின் ஏன் பிறக்க வேண்டும்?

குரு : நீ இந்த உலகத்திற்கு வரவேண்டுமானால் இந்த உடலில் பிறப்பெடுக்க வேண்டும். இந்த விதிமுறையை மாற்ற முடியாது. உடல், ஆன்மிக முன்னேற்றத்திற்கு ஏன் தடையாக உள்ளது என்ற காரணங்களை ஏற்கனவே கூறியுள்ளேன். ஆரம்ப காலத்தில் உடல் சிறையாக இருக்கவில்லை. நதியைக் கடக்கப் படகு தேவை. உலகுக்கு வர உடல் தேவை. ஆரம்பத்தில் மனிதப் பிறவி வெறும் லீலையாக இருந்தது. பிறகுதான் அது ஆன்மிக முன்னேற்றத்திற்குப் பயனுள்ளதாயிற்று. நான் 'ஆரம்ப காலத்தில்' என்று கூறுவது வெகுகாலங்களுக்கு முன்னால்.

சீடன் : சமாதி என்றால் என்ன?

குரு : 'ஆதியில் யாவும் சமம்' என்று அறியும் நிலைதான் சமாதி. "சம (ம்)+ ஆதி = சமாதி'.' ஆரம்பத்தில் எல்லாம் சமமாக இருந்தது. ஆதியில் இருந்ததை நடுவிலும் உணர வேண்டும். உணர்ந்தால் 'சமாதி'. அதைப்பற்றியே எப்பொழுதும் சிந்திப்பவன் ஒரு சத்புருஷன் ஆவான்.

சீடன் : பைபிளில், முதலில் வெளிச்சம், பகல், இரவு, பிறகு மிருகங்கள் தோன்றின. அதற்குப் பிறகு மனிதன் தோன்றினான் என்று கூறப்பட்டுள்ளது.

குரு : புராணங்களும் இவ்வாறுதான் கூறுகின்றன. நீ அவற்றைப் படித்தால் இதை அறிவாய். தொடக்கத்தைப்பற்றி அபிப்பிராய பேதங்கள் அதிகம் இல்லை. அதனால் நீ தொடக்கத்திற்குச் சென்றால், எல்லா மதங்களுக் கிடையிலும் இருக்கும் ஒற்றுமையைப் புரிந்துகொள்ளலாம்.

சீடன் : "ஒரு நல்ல தொடக்கத்திற்கு" ஏன் முக்கியத்துவம் கொடுக்கப் படுகிறது?

குரு : ஒரு தொடக்கத்திற்குள் மறைமுகமாக அதன் தொடர்ச்சியும் இருக்கிறது. அது மறைமுகமாக இருப்பதால் அதை நாம் கண்டு கொள்வதில்லை. தீர்க்கதரிசிகள் தொடக்கத்திலேயே தொடர்ச்சியைத் தெளிவாகப் பார்த்து விடுகிறார்கள். அதனால்தான் ஒரு நல்ல ஆரம்பத்திற்கு அவர்கள் அதிக முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறார்கள். நீ ஒன்றைத் தொடங்கிவிட்டாய் என்றால் அதை நீ முயன்று தொடர வேண்டிய அவசியம் இல்லை. அது தானாகவே தொடர்ந்து நடக்கும். அவ்வாறு தொடர்ந்து நடக்கவில்லை என்றால் அதை நீ இன்னும் ஆரம்பிக்கவே இல்லை என்று பொருள்.

சீடன் : எதையும் தொடங்குவதற்கு முன் விநாயகரிடம் பிரார்த்திப்பதன் காரணம் என்ன?

குரு : நீ அவரிடம் பிரார்த்தனை செய்தால், ஒன்றைத் தொடங்குவதில் ஏற்படும் தடங்கலை அவர் நீக்குவார். எதையும் தொடங்கும் போது மிகுந்த உற்சாகம் இருக்கும். அதீதமான உற்சாகத்தினால் காரியத்தைத் தொடங்க வேண்டிய விதம் என்ன என்பதில் தெளிவு இல்லாமல் போய்விடுகிறது. உற்சாகம் வேலையாகாது. உற்சாகத்துடன் முயற்சியும் வேண்டும். நீ முயற்சி செய்யாமல் வெறும் உற்சாகம் மட்டும் கொண்டவனாயிருந்தால் எந்தப் பயனும் இல்லை. மீண்டும் சொல்கிறேன், உற்சாகம் வேலையாகாது. ஆனால், அதே சமயத்தில் உற்சாகம் இல்லாமல் வேலை செய்யவும் முடியாது. உற்சாகத்துடன் முயற்சியும் கொண்டவர்களாக இருப்பதால்தான் தேவதைகள் மிகவும் அழகாக இருக்கிறார்கள். நீ செய்வதை விருப்பத்துடன் செய்ய வேண்டும். செயலில் மட்டுந்தான் இறைவனின் புனிதத்தன்மை வெளிப்படுகிறது. உற்சாகத்தோடு முயற்சியும் சேரட்டும்; ஒரு நல்ல ஆரம்பம் நேரட்டும்; பின் அது தானாகத் தொடரட்டும்.

சீடன் : விநாயகர் ஏன் யானை வடிவத்தில் இருக்கிறார்? ஒவ்வொரு தெய்வமும் ஒரு குறிப்பிட்ட தத்துவத்தைக் குறிக்கும் விதத்தில் உள்ளதா?

குரு : இல்லை. இல்லவே இல்லை. உன் விநாயகர் உன் உள் இருக்கிறார் அவர் யோகத்தின் உருவகம். உன்னுடைய விநாயகர் உனக்கு முதல் படி. அவரால் உன்னை மேலே உயர்த்த முடியும். நீ உன்னை எல்லா விதங்களிலும் உயர்த்திக்கொள்ள வேண்டும். உன் மூலாதாரத்தில் அவரை நினைத்துத் தியானம் செய்தால், பிராணசக்தி மேலே எழும்பும். அங்கே மேலே அவருடைய தம்பி முருகன் அமர்ந்திருக்கிறார். அவர் அங்கே இருக்கும் கதவைக் காக்கிறார்.

சீடன் : பராசக்தி என்றால் என்ன?

குரு : அறுதி! அதற்கு மேலோ அல்லது அதைவிடவோ வேறு எதுவும் எவரும் இல்லை.

சீடன் : பராசக்தியின் பல விதமான தோற்றங்கள் எப்படி வந்தது?

குரு : பராசக்தியின் பல விதமான தோற்றங்கள் அவசியத்தினால் ஏற்பட்டவையல்ல. ஒவ்வொன்றன் பின்னணியிலும் ஒரு காரணம் உள்ளது. ஒப்புக்கொள்கிறாயா? பூக்களை எடுத்துக்கொள்வோம். அவற்றில் நிறைய வகைகள் உள்ளன. ஓர் அவசியத்திற்காகவா அவை தோன்றின? அவை பல விதமாக இருப்பதற்குக் காரணங்கள் உள்ளன. ஆனால், எந்த ஒரு அவசியமும் இல்லை. பூக்கள் பல விதமாக இருப்பது அழகின் வெளிப்பாடு. அதே போல், செயல் மட்டுமே தெய்வத்தின் வெளிப்பாடு. வெவ்வேறு தன்மையான செயல்களுக்கு ஏற்றாற்போல் தெய்வத்தின் வெளிப்பாடும் வேறுபட்டது. வெளிப்பட்டவை மறக்கப்படாமல் இருக்க வேண்டும் அல்லவா?

அதனால்தான் அவை வந்த இடத்திலேயே தங்கிவிட்டன; உருவங்களை ஏற்றுக்கொண்டன. வசதிக்காக உருவத்தில் இருப்பது சிறைப்பட்டிருப்பது ஆகாது.

சீடன் : ஒவ்வொரு சிறிய அணுவும் கடவுள்; சிறிய துரும்புங்கூடக் கடவுள் அல்லவா?

குரு : அது கடவுளுடையது.

சீடன் : அப்படியானால் கடவுள் எல்லாவற்றிலும் இருக்கிறார் அல்லவா?

குரு : ஆம்! அவர் எதில் வேண்டுமானாலும் வசிப்பார்.

சீடன் : தவறு செய்பவனுள்ளும் இறைவன் இருக்கிறார் அல்லவா?

குரு : கடவுள் தவறு செய்வதில்லை.

சீடன் : ஆனால், அவனும் கடவுளின் ஒரு பகுதியே அல்லவா?

குரு : கடவுள் மனிதனுள் வசிக்கிறார். தவறு செய்யும் மனிதனுள்ளும் கடவுள் வசிக்கிறார். 'மனிதன்' என்ற உணர்வே ஒரு முட்டாள்தனமான கனவாகும்.

சீடன் : கடவுள் எல்லையில்லாதவர்; எங்கும் நிறைந்திருப்பவர். அதனால் எல்லாமே இறைவனின் அங்கமாகும். இறைவன் இவ்வாறு இருப்பதால், நல்லவையோ, தீயவையோ ஒவ்வோர் எண்ணமும், வார்த்தையும், செயலுங்கூட இறைவனாகத்தான் இருக்க வேண்டும், அல்லவா?

குரு : இறைவன் எல்லோருக்குள்ளும் இருக்கிறார். ஆனால், அவரைப்பற்றி எப்பொழுதாவதுதான் சிந்திக்கிறார்கள். ஒரு நல்ல நண்பனைப்பற்றி உளமார ஒருவன் நினைக்கும் பொழுது ஒரு கணம் செயலற்று நிற்கின்றான். அவன் தன்னுள் ஒன்றிப்போகிறான். கடவுள் எல்லா நண்பர்களையும்விட மிக உயர்ந்த அன்பான நண்பனாவார். அவர் எல்லோருள்ளும் இருக்கிறார். ஆனால், நீ அவரை மட்டுமே சிந்தித்தால், அவர் ஒருவரைமட்டும் கண்டு கொள்ளலாம். வேறெதுவும் நமக்குத் தென்படாது.

அதனால் நீ கடவுளைப்பற்றிச் சிந்தனை செய். கடவுள் அணுகவும் செய்யாத சிந்தனைகள் உள்ளன. உன்னுடைய சிந்தனைகள் கடவுளை நோக்கியே இருக்குமானால் பிற சிந்தனைகள் நின்றுவிடும். அப்பொழுது அவர் ஒருவர்தாம் உன் இதயத்தில் இருப்பார். நீ உன்னை ஆண்' என்றோ 'பெண்' என்றோ எண்ணிக்கொண்டிருக்கும் கனவுக்கு அப்போது ஒரு நல்ல முடிவு வரும்.

சீடன் : எனக்கு ஒன்று கொடுக்கப்படும் போது அது இறைவனின் பரிசா அல்லது சாத்தானின் வேலையா என்று அறிவது எவ்வாறு?

குரு : உனக்குத் தீய எண்ணங்கள் வந்தால் அது சாத்தானின் வேலை என்று நீ அறியலாம். சாத்தான் உன்னைத் திசை திருப்பலாம்; ஆனால், சாத்தானால் உன்னைத் தண்டிக்க முடியாது. நீ எதை விதைத்திருக்கிறாயோ அதைத்தான்

அறுவடை செய்வாய். இவ்வாறு நேர்வது தண்டனை ஆகாது. அது ஒரு செயலின் பிரதிபலனே.

சீடன் : நான் சாலை ஓரத்தில் நடக்கும் பொழுது கீழே பணப்பையைக் காண்கிறேன். அது இறைவன் எனக்குக் கொடுத்ததா இல்லையா என்பதை எப்படித் தெரிந்துகொள்வது?

குரு : அது உன்னுடையது அல்ல என்று நீ அறிவாய். அது உன்னுடைய பையாக இல்லாத போது, அந்தப் பைக்குள் இருக்கும் பணமும் உன்னுடையதாக முடியாது அல்லவா? அதைத் தொடாதே. அதை எடுக்காதே.

நீ நடக்கும் சாலையில் ஒரு கல் இருக்கிறது. அந்தக் கல்லைக் கண்டவுடன் இவ்வாறான உணர்ச்சிகள் தோன்றுகின்றனவா? அந்தக் கல் கடவுளின் பரிசு என்று எண்ணிக்கொண்டு அதை எடுத்துக்கொள்கிறாயா, அல்லது அது சாத்தானின் சோதனை என்று அதைத் தொடாதிருக்கத் தீர்மானித்திருக்கிறாயா? கல்லைக் காணும் போது இவ்விதமான உணர்ச்சிகள் உனக்குத் தோன்றுவதில்லையே. அதே போல, நம்முடையது அல்லாத ஒரு பொருளைக் கண்டால் அவ்வாறு இருக்க வேண்டும். உண்மை எப்பொழுதுமே மாறுவதில்லை.

சீடன் : வியர்த்தமான எண்ணம் என்றால் என்ன?

குரு : தீய எண்ணங்களோ அல்லது வியர்த்தமான எண்ணங்களோ உண்மையைத் தெளிவாகக் கண்டுகொள்வதை மறைக்க அனுமதிக்காதே. இனியவை ஆகவும் இன்றி, இன்னாததாகவும் இன்றிச் சில எண்ணங்கள் ஏற்படலாம். அவையே 'வியர்த்தமான எண்ணங்கள்'. வேலை ஏதும் செய்யாமல் நீ வியர்த்தமாய்ச் சுவரைப் பார்த்துக்கொண்டு உட்கார்ந்திருந்தால், சுவரைச் சுரண்டலாமே என்று தோன்றக்கூடும். இந்த எண்ணத்தினால் உலகத்திற்கு எந்த நன்மையும் ஏற்படாது. இதுதான் வியர்த்தமான எண்ணமாகும்.

சீடன் : மனிதன் நல்லதைவிடத் தீமைக்கு ஏன் வசப்படுகிறான்? நல்லது ஏன் மறைமுகமாகவே இருக்கிறது?

குரு : இது சுலபமான ஒன்று. நல்லது அவனிடமே உள்ளது. இந்த நன்மைக்கும் அப்பாற்பட்டு இருப்பதும் அவன் உள்ளேயேதான் இருக்கிறது. ஆனால், நீ 'தீமை' என்று கூறுவதோ அவனுக்கு வெளியே உள்ளது. மனிதன் எப்பொழுதும் தன் உள் இருப்பவற்றைவிடத் தனக்கு வெளியில் இருப்பவற்றைச் சுலபமாகப் புரிந்துகொள்கிறான். அதனால்தான் அவன் நன்மையைக்காட்டிலும் தீமைக்குச் சுலபமாக வசப்படுகிறான்.

நீ ஒரே சமயத்தில் இறைவனையும் வணங்கி, சாத்தானுக்கும் உணவு படைக்க முடியாது. சாத்தானுக்கு உணவு படைத்து, சாத்தானை உனக்குக் கடனாளியாக்கிக்கொண்ட பிறகு, கடவுள் உன்னைக் காப்பாற்றவில்லையே என்று குற்றம் சாட்டாதே.

சீடன் : நல்லதை எதிர்ப்பதால், அது ஒரு கட்டுக்குள் அடங்காமல் வளர்வதால், அது தீமை ஆகிறதா?

குரு : எப்படி அன்பும், கருணையும் ஒரு நல்ல ஆத்மாவின் தோற்றமோ, அப்படியே நல்லதை எதிர்க்கும் தன்மை தீமையின் தோற்றமாகும். நல்லதை எதிர்க்கும் தன்மை 'தீமை' என்னும் வியாதியின் அறிகுறியாகும். காய்ச்சல் வியாதியல்ல. ஆனால், ஒரு வியாதியின் அறிகுறியாக இருக்கலாம். வியாதிக்கும், அறிகுறிகளைக் கொடுத்த இறைவனுக்கும் நாம் நன்றி செலுத்த வேண்டும், அறிகுறிகளை நாம் முதலிலேயே கண்டுகொள்வதால் வியாதியின் மூல காரணத்தைப் புரிந்துகொண்டு அதை வேரோடு அகற்றிவிடலாம்.

சீடன் : பக்தி என்றால் என்ன?

குரு : ஓர் உயர்ந்த நோக்கத்தைக்கொண்டு அத்துடன் ஐக்கியமாவதுதான் பக்தி. அந்த நோக்கத்திற்காக மடிந்தாலும் அல்லது அத்துடன் ஒன்றிக் கலந்தாலும் அது 'பக்தி'தான். பக்தியைக் கொடுக்க முடியாது. பக்தியின் மூலம் கடவுளை அடையலாம் என்பது தவறு. ஏனென்றால், பக்தியே கடவுளாகும். கடவுளும் பக்தியும் வெவ்வேறு அல்ல. குழம்பிப்போன முட்டாள்கள்தான் அவ்வாறு கருதுவர். பக்தியால் பக்தன் மட்டும் ஆனந்திப்பதில்லை; கடவுளுங்கூட அதில் திளைக்கிறார். 'பக்தி' ஓர் உபகரணம் அல்ல. அதன் மூலம் எதையும் அடைவதற்கில்லை. ஏனெனில் 'பக்தியே எல்லாம்.'

சீடன் : ஆனால், பக்தியில் மக்கள் உணர்ச்சி வசப்படுகிறார்கள். அதைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும் அல்லவா?

குரு : அவசியமான பொழுது, உணர்ச்சி வசப்படுவதைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டும்; அவசியமான பொழுது மட்டும். உனக்கென்று ஓர் அறை இருந்து நீ தனித்தும் இருந்தால், அங்கே நீ நடனம் செய்தபடி இருக்கமாட்டாயா? அதுதான் பக்தி. பக்தியைக் கட்டுப்படுத்த முடியாமல் போனால்தான் என்ன? கடவுள் அவர்களைத் தண்டிக்கவா போகிறார்?

சீடன் : அதல்ல! நான் சரியான முறையை அறிய விரும்பினேன்.

குரு : நளினமாக, அமைதியாக, ஆர்ப்பாட்டமின்றி யாரும் அறியாதவண்ணம் நீ பக்தி செய்யலாம். அசையாமலேயே உன்னால் நடனம் செய்ய முடியும் என்பதை நீ அறிய வேண்டும்.

உள்ளிருந்து வரும் கண்ணீர் உள்ளே செல்லவும் செய்யலாம். பக்தி பரவசம் என்றால் என்ன? அது ஆனந்தத்தால் ஏற்படும் கண்ணீர் உள்ளே செல்லும் நிலையாகும். பக்திக்கு ஆட்படாதபோது சிலர் பக்தி செய்ய முயல்கிறார்கள். அது போதுமானதாகாது.

ஞானமோ, தெளிவோ தானாக நேர வேண்டும். அதை ஒருவனுக்குள் புகுத்த முடியாது. கடிகாரத்தில் மணி அடிக்கிறதென்றால், அது அவ்வாறு செயல்பட வேண்டும் என்று ஏற்கனவே நிர்ணயிக்கப்பட்டு அதற்குத் தகுந்தாற்போல் அது அமைக்கப்பட்டுள்ளது. பக்தியும் ஞானமுங்கூட அப்படித்தான். ஒரு குறிப்பிட்ட மனிதனுக்கு, ஒரு குறிப்பிட்ட சமயத்தில் அவை நேர்கின்றன. அறிவு வேறு, ஞானம் வேறு; இரண்டையும் குழப்பிக் கொள்ளாதே. புத்தகங்களைப் படித்துத் தெரிந்துகொள்வதன்மூலம் நீ ஒரு பக்தனோ, யோகியோ அல்லது ஞானியோ ஆக முடியாது.

சீடன்: மூடபக்தி என்றால் என்ன?

குரு: வியாபாரம் செய்வது மூடபக்தி; பண்டமாற்றம் மூடபக்தி. "நீ எனக்கு இதைக் கொடு, நான் உனக்கு அதைக் கொடுக்கிறேன்" என்று கேட்பது மூடபக்தி. கடவுளின் பெயரால் அநாகரிகமாக நடந்துகொள்வது மூடபக்தி. விகாரமான வேஷம் தரித்து, பொருந்தாத உடை அணிந்து கோமாளிபோல் அவசியமில்லாமல் அலைந்துகொண்டிருப்பது மூடபக்தி.

இறைவன் மனிதர்களைத் தங்கள் ஆத்மாவில் லயித்து அமைதி பெறக் கோரும் போது, அவர்கள் ஆர்ப்பாட்டமாகக் கூச்சலிட்டுக்கொண்டு அங்குமிங்குமாகத் தணலின் மேல் ஓடுகிறார்கள். இது மூடபக்தி. எது இந்த உடலை இருத்தி வைத்துள்ளதோ, அதை உணர்ந்துகொள்ளவே இந்த உடல். ஒரு காரணம் கருதிக் கடவுள் கொடுத்த இந்த உடல் நல்ல முறையில் பாதுகாக்கப்பட வேண்டும். யாரெல்லாம் உண்மையாக இல்லாமல், ஆனால், கடவுளிடம் பிரார்த்தனை செய்பவர்களாகவும், புனிதமானவராகவும் பக்திமான் களாகவும் தோற்றமளிப்பவர்களாய் இருக்கிறார்களோ அவர்களெல்லாம் ஏமாற்றுபவர்கள். கடவுளை நீ திருப்தி செய்ய முடியாது; கடவுளை நீ சந்தோஷப்படுத்த முடியாது. ஏனென்றால், அவர் திருப்திக்கும் சந்தோஷத்திற்கும் அப்பாற்பட்டவர். திருப்தி அடைய வேண்டியவன் நீதான். சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டியதும் நீதான். அதுவும் உன்னை நீயேதான் சந்தோஷமாக வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். வெளியே இருக்கும் எதுவும் அநித்யம். கதவை மூடிக்கொண்டு உன் உள்ளே இறங்கு. உன்னுடைய வீடு சிறிய குடிசையானாலும், மாளிகையானாலும் உள்ளே சென்று, சௌகரியமாக உன் ஆத்மாவில் லயித்து இரு.

சீடன்: நான் எங்கிருந்த போதிலும் இறைவனை உணர்ந்தே இருக்க வேண்டும். அதற்கு நான் என்ன செய்ய வேண்டும்?

குரு: அதற்காக, சிக்கலான வழியில் ஒரு போதும் முயற்சி செய்யாதே. நீ சிறு குழந்தைகள் மாங்காய் திருடுவதைக் கண்டிருக்கிறாயா? கிடைத்திருக்கும் அந்தக் குறுகிய நேரத்தில், தோட்டக்காரன் வருவதற்குமுன் சப்தமின்றி மாங்காய்களைத் திருடிவிட வேண்டும் என்பது மட்டுமே அவர்களுடைய குறிக்கோள். மாங்காயைத் திருடும் பொழுது, நிலத்திலிருந்து மரத்திலிருக்கும்

மாங்காய் எவ்வளவு தூரம், அதன் மேல் எறியப்போகும் இந்தக் கல்லின் எடை என்ன, இதை மணிக்கு 23.23960 கிலோ மீட்டர் வேகத்தில் எறிய வேண்டுமா என்பவை போன்ற சிக்கலான கணக்குகளை அவர்கள் போடுவதில்லை. அவர்களுடைய ஒரே குறி மாங்காய்தான். நீயும் அது போல் இருக்க வேண்டும்.

கடவுளை அடையச் சிக்கலான கணக்குகள் தேவையில்லை; நீ செய்யும் முயற்சியிலும் சிக்கல் இருக்கக்கூடாது. உன் குறிக்கோளை நீ அறிவாய். உண்மை என்னவென்றும் நீ அறிவாய். நீ அதை முழுமையாக அடைய வேண்டும்; அவ்வளவே! மரத்தில் மாங்காய் இருக்கிறது. அதில் எந்தக் குழப்பமும் இல்லை. சிறுவன் அதை வெறும் மாங்காயாகத்தான் பார்க்கிறான். அவன் அதைப் பெறுவதற்குச் செய்ய வேண்டிய பெரிய விஷயம் என்னவென்றால், அதன்மீது ஒரு கல்லை எறிந்து அதை வீழ்த்தி எடுப்பதாகும். அவ்வாறு இறைவனை உணர உன்னுடைய முயற்சியும் எளிமையாக இருக்க வேண்டும். அடிப்படையான விஷயங்களிலிருந்து நீ ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

பெரிதாக எண்ணுவதற்கும், மேன்மையாக எண்ணுவதற்கும் இடையே உள்ள வேற்றுமை மறைமுகமானது, மிகவும் மெலிதானது. எண்ணங்கள் எப்பொழுதும் மேன்மையாகவே இருக்கட்டும். பெரிதாக எண்ணுவதைத் தவிர்த்துவிடு. எந்த ஒரு பெரிய விளக்கத்தையும், உன்னளவுக்கு எளிதாக்கிப் புரிந்துகொள்ளக் கற்றுக்கொள். உண்மையை மிகவும் எளிமையான வழிமுறையில் புரிந்துகொள்ளலாம். கிரந்தங்கள் மூலம் நீ உண்மையைப் புரிந்துகொள்ள முடியாது; ஆனால், உண்மையின் மூலந்தான் கிரந்தங்களைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். உண்மையை அறிவதற்குப் பெரிய அர்த்தங்களைத் தேடாதே. அவற்றை மூளையைப் போட்டுப் பிறாண்டிக்கொண்டு தேடினால் உண்மையை நெருங்க முடியாது. ஏனெனில், உண்மை தெளிவானது; எளிமையானது; சுலபமானது; ஆத்மார்த்தமானது; இதம் தருவது. உன் ஆத்மாவில் நீ வசிக்க வேண்டும். அதுதான் கடவுளின் இருப்பிடமாகும்.

சீடன்: விழிப்புடன் இருப்பதற்கும், ஒன்றைப்பற்றி நீ அறிந்து உணர்வதற்கும் உள்ள வேற்றுமை என்ன?

குரு: ஒன்றைப்பற்றி அறிவது உண்மையை அடைவது ஆகாது. மூன்று விதங்கள் உள்ளன. விழிப்புடன் இருப்பது, ஒன்றைப்பற்றி அறிவது, உண்மையை உணர்வது. ஆத்மாவை எப்பொழுதும் உணர்வது, விழிப்புடன் இருப்பது ஆகும். உலகத்திலிருக்கும் எல்லாம் ஒன்று என்று உணர்வது, ஒன்றைப்பற்றி அறிவதாகும். நீ எந்த உண்மையைத் தேடுகிறாயோ, எதைக் காண்கிறாயோ அதாகவே ஆவது, உண்மையை உணர்வது ஆகும். எல்லாவற்றையும் முழு நினைவோடு 'மேலே' கொண்டுவந்து அவற்றைக் கடப்பதுதான் தியானமாகும்.

* * * * * * * *

9. தியானம்

தியானம் என்பது ஒரு பொழுதுபோக்கல்ல. அது நான்கு சுவர்களுக்குள் கட்டுப்பட்டுக் கண்களை மூடிக்கொண்டு செய்யும் சுவாசப்பயிற்சி அல்ல. தியானம் என்பது, உன் ஆத்மாவைப்பற்றிச் சதா உனக்கு நீயே நினைவுபடுத்திக்கொள்வது ஆகும். உன் ஆத்மாவைப்பற்றி அறிந்து அதுவாக இருப்பதற்கு நீ உன்னைத் தியாகம் செய்ய வேண்டும்.

தியானம் என்பது ஸ்மரணம். ஸ்மரணம் என்பது, புனித வழியால் அறிந்த முறையான சுவாஸம். முறையான சுவாசத்தால் ஆத்மா உள்மூச்சு, வெளிமூச்சு இல்லாமல் வாழத் தொடங்கும்.

* * * * * * *

சீடன்: சரியான தியானம் என்றால் என்ன?

குரு: 'தன்னலமற்ற தன்மை'தான் சரியான தியானம். ஒன்றை அடைவதற்காகச் செய்யப்படுவது அல்ல தியானம்; தேவையில்லாமல் நீ சேர்த்துக்கொண்டவற்றை விலக்குவதற்குத் தியானம் செய்ய வேண்டும்.

சீடன்: யோகப் பயிற்சியால் சுவாசத்திற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப் படுகிறதே, அது ஏன்?

குரு: இந்த உடலை லகுவாகவோ, கனமாகவோ மாற்றுவது சுவாசந்தான். சுவாசந்தான் எண்ணத்தை வரவேற்கிறது; அதே சுவாசந்தான் மனத்திலிருக்கும் எண்ணங்களை வெளியேற்றுகிறது. சுவாசந்தான் உனக்கு சௌகரியத்தையும் அசௌகரியத்தையும் அளிப்பது. உன் சமநிலையை நிர்ணயிப்பதும் சுவாசந்தான்.

மரங்கள் அழிவதையும், கட்டிடங்கள் இடிந்து விழுவதையும், நிலங்களின் வடிவங்கள் மாறுவதையும் நீ காண்பாய். ஆனால், நீ ஒழுங்காகச் சுவாசித்தால் சோர்வடையாமல் தெளிவாகவும் அமைதியாகவும் இருப்பாய்.

சீடன்: பிரார்த்தனை செய்வதில் ஒரு சீரான தொடர்ச்சி இருக்க வேண்டும் அல்லவா?

குரு: எந்தப் பாதையில் செல்வதற்கும் உன் நிலையில் ஒரு சீரான தொடர்ச்சி இருப்பது மிகவும் முக்கியம். முன்பு எப்போதோ செய்த பிரார்த்தனையை உனக்கு நீயே நினைவுபடுத்திக்கொள்வதால் உன்னுடைய சக்தி அதிகரித்து விடாது. ஆனால், விடாமல் பிரார்த்தனை செய்தால் உன் சக்தியை அதிகரிக்க முடியும். சீராக இருக்க வேண்டியது உன் பிரார்த்தனை மட்டும்

அல்ல; உன் நடத்தையும் சீராக இருக்க வேண்டும். நீ எப்படி நடந்து கொள்கிறாய் என்பது, நீ எதற்காகப் பிரார்த்திக்கிறாயோ அதிலிருந்து வேறுபட்டதாக இருக்கக்கூடாது.

சீடன்: பிரார்த்தனைக்கும் தியானத்திற்கும் இடையிலான வேற்றுமை என்ன?

குரு: பிரார்த்தனை தியானத்தின் ஒரு பகுதி. தியானம் அறுதியான குறிக்கோளை (ஆத்மாவை உணர்வது) நோக்கிச் செல்வது ஆகும். அந்தப் பாதையில் தடைகள் ஏற்படாமல் இருப்பதற்குப் பிரார்த்திக்க வேண்டும். தடை எந்த உருவத்திலும் வரலாம். உன்னுடைய கோபம், உன் மோகம், உனக்கு ஏற்படும் குழப்பமான எண்ணங்கள் போன்ற எந்த வடிவத்திலும் அவை வரலாம். நீ விடாமல் பிரார்த்தனை செய்வதால் இவ்வாறான தடைகளை நீக்கி உன் அறுதியான குறிக்கோளை நோக்கித் தடையின்றிச் செல்லலாம்.

சீடன்: பிரார்த்தனை செய்வது எப்படி?

குரு: பிரார்த்தனை நேரிடையாகவும், எளிமையாகவும், தெளிவாகவும் இருக்க வேண்டும். உன்னிடம் இருப்பவை என்ன என்பது உனக்குத் தெரியும். உன்னிடம் இல்லாதவை எவை என்பதும் உனக்குத் தெரியும். உன்னிடம் இருப்பவற்றுள் நல்லவையும் உண்டு, வேண்டாதவையும் உண்டு. உன்னிடம் இல்லாதவற்றிலும் நல்லவையும் உண்டு, வேண்டாதவையும் உண்டு. பிரார்த்தனையால் நல்லவற்றைத் தக்க வைத்துக்கொள். வேண்டாதவற்றை வெளியேற்று. உன்னிடம் நல்லவை சில இல்லாமல் போகலாம். பிரார்த்தனையால் அவற்றையும் நீ பெறலாம்.

சீடன்: ஒரு முறை பிரார்த்தித்தால் போதுமா?

குரு: அது உன்னுடைய தீவிரத்தைப் பொறுத்தது. உன் பிரார்த்தனையை அசிரத்தையாகத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்வதால் எந்தப் பயனும் கிடையாது. பிரார்த்தனை உன் இதயத்திலிருந்து வர வேண்டும். மந்திரத்தை உச்சரித்துக் கொண்டிருப்பது பிரார்த்தனை ஆகாது. இறைவனுடன் தொடர்பு கொள்வது தான் பிரார்த்தனை. அடக்கத்துடன் உன்னை இறைவனிடம் முழுமையாக வெளிப்படுத்திக்கொள்வதுதான் பிரார்த்தனை. இறைவனின் ஆசியைப் பெறுவதற்குப் பிரார்த்தனை ஒரு சிறந்த முறை. உன்னுடைய தவறுகளுக்கு வருந்துவதற்குப் பிரார்த்தனை தலைசிறந்த முறை. செய்த தவற்றுக்கு வருந்துவதே பிரார்த்தனைதான். அதற்கும் மேலான பிரார்த்தனை வேறு எதுவும் இல்லை. நீ செய்த தவற்றுக்கு வருந்தி, அதை இனிச் செய்வதில்லை என்று உறுதி எடுத்துக்கொள்வது பிரார்த்தனை. "தவறு செய்துவிட்டேனே," என்று சோகத்தில் ஆழ்ந்து, குமைந்து மறுகிக் கழிவிரக்கம் கொள்வதோ அல்லது உன்னை நீயே வெறுப்பதோ பிரார்த்தனை அல்ல; அப்படி நடந்து கொள்வது உன் முன்னேற்றத்திற்குத் தடையே. அப்படிப்பட்டோரால் குற்றச்

சாட்டுகளைத் தாங்கிக்கொள்ள முடியாது; ஆனால், செய்த குற்றத்திற்காக வருந்தி, "இனித் திருந்துவேன்" என்று உறுதி எடுத்துக்கொள்கிறார்களே அவர்கள் பிறர் கூறும் குற்றச்சாட்டுகளைத் தாங்கள் மேலும் முன்னேறு வதற்காகப் பயன்படுத்திக்கொள்வார்கள்.

சீடன்: மந்திரம் என்றால் என்ன?

குரு: திரும்பத் திரும்பச் சொல்லப்படுவது மந்திரம் ஆகாது. திரும்பத் திரும்ப ஒலிப்பதுதான் மந்திரம். சொல்லப்படாததாக, ஒலிப்பதாக ஒவ்வொரு ஜீவன் உள்ளும் நிகழும் அந்த நில்லாத துடிப்புதான் மந்திரம். அந்தத் துடிப்பு தன்னில் முழுமையானது. முழுமையின் தனிப்பிரதிநிதி. நீ தூங்கும் பொழுது அந்த முழுமையின் தன்மையை அறியக்கூடும். விழித்திருக்கும் பொழுதும் அதை உணர்வதற்கு நீ முயல வேண்டும். உன்னுடைய ஜீவசக்தி ஊக்குவிக்கப்பட்டுச் சிரமம் ஏதுமில்லாமல் உன்னால் செயல்பட முடிந்தால் அப்பொழுது உன் மனம் ஓர் ஆலயமாகும்.

உன்னுடைய நாக்கோ அல்லது உன் மனமோ ஒன்றை உச்சரிக்கக் கூடாது. உன் 'பிராணன்'தான் உச்சரிக்க வேண்டும். உன் பிராண சக்தி உன் உள்ளிருக்கும் ஆத்மாவைப்பற்றி உச்சரிப்பதே, மந்திரம். அப்பொழுது நீ அதுவாகவே ஆகிவிடுவாய். 'தத் த்வம் அஸி'. அதன் பிறகு எதுவும் உன்னைப் பாதிக்காது. யாரைக் கண்டாலும் மகிழ்ச்சி ஏற்படும். மேலோரை உன் உள்ளும், பிறருள்ளும் காண முயற்சி செய். இவ்வாறான ஒரு மேன்மையான எண்ணத்தை வளர்க்க வேண்டும். கல்வி அறிவில்லாத ஓர் ஆட்டு இடையன், ஆட்டை ஆதுரத்துடன் தடவினால் அங்கே புத்தரை நினைவுபடுத்திக்கொள். பிறர் சுமைகளை ஏற்றுக்கொள்ளும் ஒருவனைப் பார்க்க நேர்ந்தால் ஏசுவை நினைவு கொள். அளவற்ற மரியாதையை எதற்கும் கட்டுப்படாத சுதந்தரமாக மாற்றிக்கொள்ளும் தைரியத்தை யாரிடமேனும் பார்த்தால் அப்பொழுது காளிதாசனை நினை. பிறருக்கு எப்போதும் நன்மை செய்பவனாய், ஆனால், ஒரு பித்தனைப் போல் அங்குமிங்கும் ஓடுபவனாய் ஒருவனைப் பார்க்க நேர்ந்தால் அப்போது சேஷாத்ரி சுவாமிகளின் நினைவு வரவேண்டும். இவ்வாறுதான் நீ மேன்மையானவர்களை நினைவுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: நான் விழிப்புடன் இருக்கும் பொழுது பூரணத்தை உணர வேண்டும் என்று கூறினீர்கள். அதைத் தூங்கும் பொழுது எவ்வாறு செய்வது?

குரு: நீ விழித்திருக்கும் பொழுது செய்யும் முயற்சி உன் தூக்கத்திலும் தொடரும். உன்னுடைய கனவுகள்தாம் உன் முயற்சியை அடையாளம் காட்டும். உன் கனவுகளை நீ உன் இஷ்டத்திற்குக் கையாள முடியாது. நீ விழிப்புடன் முயன்றால் அது உன் கனவுகளிலும் தொடருகிறது. நீ விழித்திருக்கும் போது செய்யும் விடா முயற்சி உன் கனவுகளிலும் உனக்கு ஓர் உயர்ந்த நிலையைத் தருகிறது. உன் முயற்சி உன் தூக்கத்திலும்

தொடர்கிறது. அப்போது தூக்கத்தின் கடைசி நிலைக்கு நீ தாவுவாய். அப்பொழுதுதான் நீ தூங்காமல் தூங்கும் ஓர் அழகான நிலையில் நுழைந்திருக்கிறாய் என்று கூறிக்கொள்ள முடியும்.

சீடன்: நம்முடைய கனவுகளை நாம் தேர்ந்தெடுக்க முடியுமா?

குரு: நீ கனவு காணலாம். ஆனால், உன் கனவுகள் உன்னைத் தட்டி எழுப்ப வேண்டும். நீ காண்பது கனவாயினும் அதைத் தரமறிந்து தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும். உன்னால் பகல் கனவு காண முடியுமென்றால், நீ இரவில் தூங்கும் பொழுது காணும் கனவுகளையும் உன்னால் தேர்ந்தெடுக்க முடிய வேண்டும். எப்பொழுதும் ஒரே உணர்வு நிலையில் நீ இருந்தால் மாறி மாறி வரும் இரவும் பகலுங்கூட உன்னைப் பாதிக்காது.

சீடன்: சில சமயங்களில் கடவுளைப்பற்றிய கனவுகள் என் மனத்தில் ஆழமாகப் பதிந்துவிடுகின்றன. கடவுளைப்பற்றி அவை எனக்கு நினைவுபடுத்துகின்றன என்று கூறலாமா?

குரு: எதுதான் கடவுளை நினைவுபடுத்தவில்லை? நீ உன்னுடைய கையையும், காலையும் கண்டவுடன் அவற்றை நல்ல விதமாக உபயோகப்படுத்துவதற்காக உனக்கு அளித்த இறைவனைப்பற்றி நினைவுபடுத்தவில்லையா? தென்றல் உன்னைத் தொடும் போது அதில் அன்னையின் அன்பை நீ உணரவில்லையா? அதில் உன் தந்தையின் கரங்களையும் உணர முடியும் அல்லவா? எல்லாமே பரம்பொருளாகிய அவனைத்தான் நினைவுபடுத்துகின்றன. 'தீமை' கூட உனக்கு அதிலிருந்து விலகி இருக்க வேண்டும் என்பதைக் கூறும். இறைவன், தீமைக்கு அப்பாற்பட்டு இருப்பவர்.

சீடன்: நாம் அதிகாலையில் எழுந்து தியானப்பயிற்சி செய்ய வேண்டியது அவசியமா?

குரு: அதிகாலையில் எழுந்து தியானம் செய்ய வேண்டும் என்ற உறுதி எடுத்துக்கொள்ளவில்லை என்றால், உன் முன்னேற்றத்திற்குத் தடை ஏற்படும் என்று நீ உணர்ந்தாலன்றி, அதிகாலையில் உன்னால் எழுந்திருக்க முடியாது. நீ போதுமான அளவு முயற்சி செய்யாததால்தான் உன்னால் அதிகாலையில் எழ முடியவில்லை. அது போல, உன்னுடைய பிரச்சினைகளையும் மேலெழுந்தவாரியாகத்தான் காண்கிறாய். அதனால் முதலில் நீ இந்த விஷயத்தை ஆழமாகச் சிந்தித்து, இதற்கு ஒரு வழியைக் கண்டு அந்தப் பிரச்சினைக்கு முழுமையான தீர்வு ஒன்றைக் காண வேண்டும். நீ இன்னும் மேலே வரவேண்டும் என்று உணர்ந்தால்தான் உன்னால் விழிக்க முடியும். விழிக்க வேண்டுமென்ற நினைவோ அல்லது வெறும் வார்த்தைகளோ மட்டும் போதாது. அந்த உணர்வு உன் உள்ளும் புறமும் எதிரொலிக்க வேண்டும். ரிஷிகள் அதிகாலையில் எழுந்திருப்பார்கள். அது ஏதோ தானாக நிகழ்ந்தது என்று எண்ணாதே. அதை அவர்களும் வேண்டித்தான் பெற்றார்கள்.

அவர்களுடைய பயிற்சியில் எந்த விதமான கடினமும் இல்லை. தியானப் பயிற்சியைத் தவறாமல் செய்யவில்லை என்றால் கீழே நழுவிவிடுவோம் என்று உணர்ந்திருந்தார்கள். நீ ஒன்றை இழந்துவிட்டாய் என்பதை உணர்ந்து, அதே போல் அதிகாலையில் எழுந்து தியானம் செய்யவில்லை என்றால் மேலும் இழக்கக்கூடும். அந்த இழப்பு உனக்கு விலை உயர்ந்த ஒன்று என்று உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளவில்லை என்றால், உன்னால் காலையில் எழுந்திருக்க முடியாது. நீ ஆபத்தில் இருக்கிறாய் என்பதை உணராதவரையில் நீ செயல்பட மாட்டாய். ஓர் ஆபத்து என்றால் எறும்புகூட விடாமல் போராடி அதிலிருந்து வெளிவரும் போது, ஆறறிவு படைத்த நீ வாளாவிருக்கலாமா?

சீடன்: தியானம் செய்யாவிட்டால் நான் பின்னோக்கிச் செல்கிறேன் என்று பொருளாகுமா?

குரு: நன்மைக்கும் தீமைக்கும் பொதுவான ஒன்று உள்ளது. இரண்டையுமே அதிகரிக்க முடியாது என்பதே அது. நல்லவன் என்பதில் கொஞ்சம் நல்லவன், அதிகம் நல்லவன் என்பனவெல்லாம் கிடையாது. நீ தவறாமல் தியானப்பயிற்சி செய்யவில்லை என்றால், நீ மோசமாக ஆகக்கூடும் என்று நான் ஏன் கூறுகிறேன் என்றால், நீ பொன்னான காலத்தை அநாவசியமாக இழக்கிறாய். அவ்வளவுதான். ஓர் இயந்திரம் பயன்படுத்தப்படாமல் இருக்கிறது என்று வைத்துக்கொள். அது இருபது நாள்களுக்கு அவ்வாறு இருந்தால் என்ன, அல்லது முப்பது நாள்களுக்கு இருந்தால் என்ன, அதில் எந்த வித்தியாசமும் இல்லை. அது தியானப் பயிற்சிக்கும் பொருந்தும். நீ தியானப் பயிற்சி செய்யாவிட்டால், நீ பொன்னான காலத்தை இழந்துகொண்டேயிருக்கிறாய் என்பதால்தான், உன் நிலைமை மேலும் மோசமாவதாகக் கொள்ளப்படுகிறது. அந்த இயந்திரத்தை இருபது நாள்களுக்குள் சரி செய்துவிடத் தீர்மானித்திருந்தும், சோம்பேறித்தனத்தால், முப்பத்திரண்டாவது நாள்தான் சரி செய்ய முயல்கிறார்கள் என்று வைத்துக்கொள். நிலைமை இன்னும் மோசமாகிவிடுகிறது அல்லவா? அதனால் நீ செய்ய வேண்டியதை உடனே தொடங்க வேண்டும். தொடங்குவதைத் தள்ளிப் போடக்கூடாது.

சீடன்: நான் தியானம் செய்யும் பொழுது என்னுடைய மனம் மட்டும் இறைவனை நோக்கி ஒருமுகமாக இருக்கிறது, அப்பொழுது இந்த உடல் ஓய்வெடுத்துக்கொள்கிறது அல்லவா?

குரு: இந்த மனம் முழுமையான ஓய்வு எடுத்துக்கொள்ளும் போதுதான் உடல் மனத்தோடு ஒன்றிப்போகும்.

சீடன்: தியானம் செய்யும் பொழுது ஏற்படும் அதே நிலைதான் தூங்கும் பொழுதும் ஏற்படுகிறதா?

குரு: இதில் உள்ள வித்தியாசம் என்னவென்றால், உன் தூக்கத்தில் நீ கொள்ளும் ஓய்வை நீ உணர்ந்து அனுபவிப்பதில்லை. ஆனால், தியானம் செய்யும் பொழுது, ஓய்வை நீ அறிய வேண்டும். நீ தூங்கும் பொழுது

உன்னுடைய தூக்கத்தைப்பற்றிய பிரக்ஞை உனக்கு இருக்காது. ஆனால், தியானம் செய்யும் பொழுது, நீ தியானம் செய்கிறாய் என்று அறிய வேண்டும். மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவதைப்பற்றி மக்களிடையே தவறான அபிப்பிராயம் நிலவுகிறது. தியானம் செய்யும் பொழுது தங்களுக்கு என்ன நேர்கிறது என்று அறியாமல் இருப்பதுதான், மனத்தை ஒருமுகப்படுத்துவது என்று எண்ணுகிறார்கள். அவ்வாறு இல்லவே இல்லை. அவர்கள் நினைப்பது சரியாக இருந்தால் தூக்கமே தியானமாகிவிடுமே! அவ்வாறு இருந்தால் நீ உன்னை உணரும்வரை தூங்கிக்கொண்டே இருக்கலாமே! இல்லை! இல்லை! தூக்கம் உன்னை ஒருமுகப்படுத்திக்கொள்வதோ, தியானமோ அல்ல.

உனக்கு வெகு அருகே ஒரு வெடிகுண்டு வெடிக்கலாம். ஆனால், அதே சமயத்தில் உன் உள் ஒலிக்கும் ஒரு சிறிய குரலையும் கேட்க வேண்டும், என்று நீ விரும்பினால், அதையும் உன்னால் கேட்க முடிய வேண்டும். உன் உள் இருக்கும் அந்தச் சிறிய குரலைக் கேட்க, நீ புறச்சத்தங்கள் எழும்பாமல் இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணாதே. வெடிச்சப்தமும் கேட்க வேண்டும், அதே சமயத்தில், அந்தச் சிறிய குரலையும் கேட்க வேண்டும். நீ தியானம் செய்யும் பொழுது உன் உடலையோ, மற்ற சப்தங்களையோ உணராமல் இருப்பது ஒருமுகப்படுத்துவது ஆகாது. நீ தியானம் செய்ய அமரும் பொழுது, உன்னைச்சுற்றி ஏராளமான சப்தங்கள் இருக்கலாம். இந்தச் சப்தங்களை யெல்லாம் நீ கேட்கக்கூடாது என்று பிரார்த்தனை செய்யாதே. எந்தச் சப்தத் தினாலும் நீ பாதிக்கப்படக்கூடாது என்று பிரார்த்தனை செய். நீ அமைதியாக இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக இந்த உலகத்தை அமைதியாக வைக்க முடியாது. நீதான் அமைதியாக இருக்க வேண்டும்.

சீடன்: தியான நிலையில் இருந்துகொண்டு நம்முடைய அன்றாட வேலைகளையும் செய்வது எவ்வாறு?

குரு: தியானம் என்பது ஒரு பொழுதுபோக்கல்ல. அது நான்கு சுவருக்குள் கட்டுப்பட்டுக் கண்ணை மூடிக்கொண்டு செய்யும் சுவாசப் பயிற்சி அல்ல. உள்ளும், புறமும் எப்பொழுதும் ஆத்ம உணர்வுடன் இருப்பதுதான் தியானம். அதனால் நீ தினம் உன் வாழ்க்கையில் தியானப் பயிற்சி செய்யப் பழகிக் கொள்ள வேண்டும். நீ குறிப்பிட்ட நேரத்தில் தியானம் செய்ய அமர வேண்டும். அப்பொழுது உனக்கு ஏற்படும் அனுபவத்தை உன் அன்றாட வாழ்க்கைக்குப் பொருத்திக்கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: தியானப்பயிற்சி செய்யும் பொழுது தேவையற்ற எண்ணங்கள் உண்டாகின்றன; சில சமயத்தில் தேகத்தில் நமைச்சல் ஏற்படுகிறது; சில சமயம் உணர்ச்சிகளால் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. இவையெல்லாம் மனத்தின் காரணமாக ஏற்படுபவையா?

குரு: அது மனத்தின் காரணமாக ஏற்படுபவையல்ல; மனத்தின் மூலம் ஏற்படுபவை. எல்லாவற்றிற்கும் எதற்காகக் காரணம் இருக்க வேண்டும்?

எல்லாப் பிரச்சினைகளுக்கும் ஏன் தீர்வு இருக்க வேண்டும்? பிரச்சினைகள், அவை இருக்கும் இடத்தில் இருக்கட்டும்! நீ உன்னிடத்தில் இரு. அதாவது, அவற்றால் பாதிக்கப்படாமல் இரு. இவ்வாறு இருப்பது ஆகாயம் போல் இருப்பதாகும். ஆகாயம் எத்தகைய கொடுங்காற்று, மழை ஆகியவற்றால் பாதிக்கப்படுவதில்லை. ஒவ்வொரு நிமிடமும் எண்ணற்ற மின்னல்கள் ஆகாயத்தில் குறுக்கும் நெடுக்குமாக வெட்டித் திரிகின்றன. ஆனால், அந்தப் புனித ஆகாயத்தில் ஒரு தழும்பைக்கூட நான் கண்டதில்லை. மேகங்கள் வருவதும் போவதுமாக இருந்தாலும் ஆகாயம் எப்பொழுதும் போல் இருக்கிறது. அது போல், எத்தகைய பிரச்சினைகள் தோன்றினாலும் நீ எப்பொழுதும் போல் இருந்துவா. உன் தியானத்தைத் தொடர்ந்து செய். தியானம் செய்யும் பொழுது உடலில் நமைச்சல் ஏற்பட்டால் அதை நிவர்த்தி செய்துகொள். ஆனால், நமைச்சல் எடுக்குமோ என்ற எதிர்பார்க்காதே. இந்த எதிர்பார்ப்பு மனத்தின் மூலமாக நேர்வதில்லை. மனத்தின் காரணமாக அதாவது, மனத்தினால் நேர்கிறது. சிரிப்பு, பரவசம், உறக்கம்-இவையெல்லாம் மனத்தின் மூலம் தோன்றுபவை. மனத்தினால் அல்ல. உனது எண்ணங்களைக் கவனிப்பது போல் இந்த நமைச்சலையும் கவனி.

நீ மனம் இல்லை என்று நம்பி, உனது எண்ணங்களைக் கவனி. நீ உடலும் இல்லை என்று நம்பினால் உன் எண்ணங்களைக் கவனிப்பது போல், இந்த நமைச்சலையும் கவனிக்கலாம். இன்னொரு முறை இருக்கிறது. நமைச்சல் ஏற்பட்டால் அதைச் சொறிந்து உன் உபாதையைத் தீர்த்துக் கொண்டுவிடு. மற்றொரு முறையும் உள்ளது. நமைச்சல் ஏற்படும் பொழுது, உனது பிராணசக்தியை அந்த இடத்திற்குச் செலுத்த முயன்று, அந்த இடத்தை மரத்துப்போகச் செய்யலாம். உன் முழு உடலையுங்கூட அவ்விதம் மரத்துப்போகச் செய்யலாம். தியானம் செய்யும் பொழுது உடலில் அரிப்பு ஏற்பட்டால், எரிச்சல் ஏற்படாமல் அதைச் சகித்துக்கொள்ள, முடியவில்லை யென்றால், அதைக் கவனி. இல்லாவிட்டால் தேக எண்ணங்களைக் கவனிப்பது போல் அந்த நமைச்சலையும் கவனி. அது, நீ இந்தத் தேகத்தின் நினைவிலிருந்து விடுபட்டு இருக்க உதவும்.

சீடன்: தியானப் பயிற்சி செய்வதற்கு உடல் ஆரோக்கியம் அவசியம். சில சமயங்களில் அப்பியாசிகளுக்கு உடல் உபாதைகள் நிறைய ஏற்படுகின்றனவே, அது ஏன்?

குரு: அதைப்பற்றிக் கவலைப்படுவதை விட்டு, என்ன நடக்கிறது என்று விலகி இருந்து பார்ப்பதே சாலச் சிறந்தது. என்ன நடக்கப்போகிறது என்று யூகிக்காதே. என்ன நடக்கிறது என்று வேடிக்கை பார். நமக்கு நேருகின்ற விஷயங்களை விலகி இருந்து வேடிக்கை பார்த்துக்கொண்டு, அதே சமயத்தில் ஒரு சாதாரண வாழ்க்கையையும் வாழ்வது மிகக் கடினம். நீ செய்த செயல்களின் விளைவுகளை அனுபவிக்க வேண்டும். அருவியில் குளித்தால் புத்துணர்ச்சி பெறலாம்; ஆனால், ஜலதோஷமும் பிடிக்கலாம். அதைப் பொறுத்துக்கொள்ளத்தான் வேண்டும். வண்டி ஓட்டும் பொழுது, பாதையை

மாற்ற வேண்டுமென்றால் நீ வண்டியைத் திருப்பக் கொஞ்சம் சிரமப்பட்டுத்தான் ஆக வேண்டும்; திருப்பிய பிறகு ஓட்டுவது சுலபமாகிவிடும். அது போல், இந்த உடலில் இருக்கும் உபாதைகள் உனக்கு ஆன்மிகப் பாதையில் செல்வதற்கு உதவும்.

ஓர் அப்பியாசி, தான் தேகமோ, மனமோ அல்ல என்பதை உணர்ந்திராவிட்டாலும், தான் தேகமல்ல, மனம் அல்ல என்று முழுமையாக நம்பத் தலைப்படுகிறான். உண்மையை உணர்ந்திருக்கும் நிலைகூட இந்தக் களங்கமற்ற நம்பிக்கைக்கு ஈடாகாது. இந்த நம்பிக்கையை அப்பியாசி தக்க வைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்பது கடவுளின் எல்லையற்ற கருணை. நம்பிக்கையை நிலையாக்குவதற்கு ஒரே வழி நம்பிக்கையை மேன்மேலும் சோதித்துப் புடம் போடுவதுதான். சோதனைகளை ஒவ்வொன்றாகச் சந்தித்துக் கடக்கக் கடக்க அப்பியாசியின் நம்பிக்கை உறுதிப்படும்.

உன்னைப் படைத்தவர், உனக்கு எவ்வளவு சோதனை அளிக்க வேண்டும், அதைத் தாங்கும் சக்தி உனக்கு உள்ளதா என்றெல்லாம் அவர் தாம் அறிவார். தம் சீடர்களுக்கு இருக்கும் உடல் உபாதைகளைக் குறித்து எந்த குருவும் சந்தோஷப்படுவதில்லை; உண்மையில், அதிகம் பாதிக்கப்படுபவர் அவர்தாம். அதைத் தவிர்ப்பதற்கு அவரிடம் வேறு உபாயமில்லை. நெல்லையும் பதரையும் பிரிக்க வேண்டுமென்றால் கதிரை அடிக்கத்தான் வேண்டும். வேறு வழி இல்லாததால் செய்வதை மகிழ்ச்சியுடன் பாடிக்கொண்டே செய்யலாமே! ஆரோக்கியத்தையும், உடல் உபாதைகளையும் சம நிலையுடன் ஏற்றுக்கொள். எல்லாம் நன்மைக்கே என்று அடக்கத்துடன் ஏற்றுக்கொள். இவ்விதம் நீ செய்யச் செய்ய, பெரிய தடைகளையும் எளிதில் கடக்கும் திடம் உனக்கு வரும். விரைவில் ஒளிமயமான சூரியனாம் உண்மையைத் தரிசிப்பாய். அந்தப் பிரகாசம் உனக்குள் தங்கிவிட்ட பிறகு கோடானுகோடி இடிகளாலும் உன்னை அசைக்க முடியாது.

சீடன்: சிலருக்கு உடலைப்பற்றிய உணர்வே இருப்பதில்லை. தம் கையே வெட்டுண்டபோதும் அதைப்பற்றிப் பாதிப்பு அடையாமல் சலனம் சிறிதும் இன்றித் தம் வழி நடப்பவர்களை மரியாதையுடன் அவதூதர் என்று கூறுகிறார்கள். ஒரே சமயத்தில் வலியும் உற்சாகமும் இருக்க முடியுமா?

குரு: எல்லாந்தாம் இருக்கும். ஆனால், யார் எதைக் கண்டுகொள்கிறார்கள்? உடலில் நமைச்சல் ஏற்படும்; அதே சமயத்தில் உற்சாகம் மனத்தில் இருக்கும்; இவற்றுக்கெல்லாம் அப்பாற்பட்டு 'ஒன்று' எல்லாவற்றையும் வேடிக்கை பார்த்துக்கொண்டும் இருக்கும். அது நமைச்சலை அறிந்திருக்கும்; ஆனால், உணராது. உற்சாகத்தை அறிந்திருக்கும்; ஆனால், உணராது. அதற்கு எந்தப் பாதிப்பும் ஏற்படுவதில்லை.

சீடன்: நாம் எதற்கும் பாதிப்படைவதில்லை என்று கூறுகிறீர்களா?

குரு: ஆம். நீ எதற்கும் பாதிப்படைவதில்லை. அது உன்னுடையத் தசைகளை

இறுக்கிக்கொள்வதோ, வலியைப் பொறுத்துக்கொள்வதோ, மனத்தால் அவ்வாறு உறுதிப்படுத்திக்கொள்வதோ, புலன்களை மரத்துப்போகச் செய்வதோ அல்ல. அதுவே முழுமையான விழிப்பு; முழுமையான உணர்வு நிலை. அவதூதர் தம் கை என்றும் 'பிறர் கை' என்றும் வேற்றுமை இல்லை என்பதை உணர்ந்த நிலையில் பாதிப்படையாமல் இருக்கிறார். நீ அவருடைய கையை வெட்டினால் அதை அவர் உன்னுடன் கை குலுக்கியது போல் உணர்ந்து பாதிப்படையாமல் தம் வழி நடந்துவிடுவார். உடல், மனம் இவற்றின் உணர்வுகளைக் கடந்த நிலை இது.

சீடன்: நான் என் வேலைகளைச் செய்யாமல், என் அலுவலகத்துக்கும் செல்லாமல் தியானப்பயிற்சி மட்டுமே செய்துகொண்டிருந்தால் என்ன நேரும்?

குரு: உனக்கு அடி விழும்! நீ அப்படி நடந்துகொள்வது முறையல்ல. முறை என்ன என்பதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டுமானால் சில நெறிகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும். ஒரு பொருளை உருவாக்க, இரண்டு இயந்திரங்கள் ஒரே சமயத்தில் இணைந்து இயங்க வேண்டுமானால், ஒன்றை நிறுத்திவிட்டு ஒன்றை மட்டும் இயக்கினால் பலன் இருக்குமா? இரண்டன் இயக்கத்திலும் தொடர்ச்சி வேண்டும் அல்லவா? வாழ்க்கை முறையில் தியானமும், பிற வேலைகளும் பின்னிப் பிணைந்திருப்பவை. உன்னை நீ நெறிப்படுத்திக் கொண்டு இரண்டையும் செவ்வனே செய். தியானப் பயிற்சியும் செய்ய வேண்டும். அதே சமயத்தில் மற்ற வேலைகளையும் செய்ய வேண்டும். நீ ஒழுங்கான முறையில் தியானம் பயின்றால், சில தேவையற்ற பிரச்சினைக்குரிய விஷயங்கள் உன்னுடைய முயற்சியின்றித் தாமாகவே விலகிவிடும். இந்த வகையிலும் தியானப்பயிற்சி நமக்கு உதவும்.

சீடன்: நான் வேலை செய்யவில்லை என்றால் என்ன நேரும்?

குரு: நீ வேலை செய்யவில்லை என்றால், அல்லது வேலை செய்வதற்குத் தயங்கினால், பின் உன்னுடைய மூளை தேவையில்லாத திட்டங்களைத் தந்திரமாகத் தீட்டத் தொடங்கும். அப்படிப்பட்ட நிலையிலிருந்து வெளிவருவது மிகக் கடினமாகும். நீ உண்மையை நோக்கிச் செல்லும் பாதையில் இருப்பதாலும், இறைவனைத் தேடும் அப்பியாசியாக இருப்பதாலும், நீ பாவம் செய்யமாட்டாய். ஆனாலும், நீ வேலை செய்யாமலிருந்தால் நிலை தடுமாறக் கூடும். உழைப்பவர்களே நேர்மையானவர்கள். கடினமான உழைப்பின் உதவியால்தான் நீ குழப்பத்திலிருந்து முழுமையாக வெளிவரமுடியும். அதனால் நீ மிகக் கடினமாக உழைக்க வேண்டும்.

சீடன்: சிரமம் தெரியாமல் வேலை செய்வது எவ்வாறு?

குரு: ஒரு பாட்டை முணுமுணுத்துக்கொண்டே நீ வேலை செய்தால் உனக்கு எந்தச் சிரமமும் தெரியாது. அப்பொழுது வேலையைத் தொடர்ந்து செய்து கொண்டிருப்பது இன்பமாக இருக்கும். ஏனென்றால், வேலை, தொடர்ச்சியில் இருக்கும் இறை உணர்வை, சலனமற்ற நிலையை உனக்குப் புரிய வைக்கும்.

உன் அலுவலகத்தில் நீ கடினமாக உழைக்கலாம். ஆனால், தியானப் பயிற்சியைத் தவிர்த்துச் செய்யும் வேலை நீ தியானம் செய்ததற்கு ஈடாகாது. நீ வேலையைத் தவிர்த்து அதனால் இழப்பது என்ன என்பதைப் பேசித் தெரிந்துகொள்ள முடியாது.

சீடன்: உடல் சோர்வடைவதற்கும், சோம்பேறித்தனத்திற்கும் உள்ள வித்தியாசம் என்ன? நாம் சோம்பேறித்தனமாக இருக்கிறோம் என்பதை எப்படி அறிவது?

குரு: நேற்று, உன்னால் மரத்திலிருந்து தேங்காய் பறிக்க முடிந்து, இன்று உனக்குத் தண்ணீரைக்கூட வேறு ஒருவனை எடுத்துவரச் சொல்லும் நிலையில் நீ இருந்தால் அது சோம்பல் என்று நீ உணர வேண்டும்.

நேற்று உன்னால் செய்ய முடிந்தது இன்று முடியவில்லை என்றால் உனக்குச் சோம்பல் என்பதைப் புரிந்துகொள். எப்போதும் சீராக இயங்கி வருபவனுக்குத் திடீரென்று சுறுசுறுப்புக் குறைந்தால் அது நிச்சயம் அவனுக்குத் தெரியும். முயற்சியே செய்யாமலிருப்பது சோம்பேறித்தனமாகும். உண்மையை எதிர்கொள்ள மறுப்பதும் சோம்பலே.

'நாளைய தினம்' என்பது தொடர்ந்து வந்தவண்ணம் இருக்கும். ஆனால், இன்றைய தினம் மீண்டும் வராது. அது போனால் போனதே! முழுமனதாக ஈடுபடு. நீ சமைக்கலாம், விறகு வெட்டலாம், புத்தகங்கள் விற்கலாம். வேலை எதுவானாலும் அதை இறைவனுக்காகச் செய்கிறாய் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள். வேலையினால் ஏற்படும் இன்பம், துன்பம் ஆகிய இரண்டையும் இறைவனுக்கு அர்ப்பணம் செய். அப்பொழுது உனக்கு உகந்த பரிசு அளிக்கப்படும். இறைவனை முழுமனதாக நினைக்க வேண்டும். 24 மணி நேரமும் அமர்ந்து இறைவனின் பெயரை உச்சரிப்பதுதான் இறைவனை முழுமனதாக நினைப்பது என்ற நினைக்காதே. ஏனென்றால், அவருக்குப் பெயர் கிடையாது. நீ எதைச் செய்தாலும் அதை இறைவனுக்காகச் செய். இதுதான் சாலச்சிறந்தது.

சீடன்: தியானம் செய்யும் பொழுது பல வண்ணங்கள் தெரிகின்றனவே! அதற்குப் பொருள் என்ன?

குரு: வண்ணங்களில் பிரகாசம் இருக்கும்; வெளிப்பாடு இருக்கும். மேலும், தியானம் செய்தால் இந்த நிறங்களையும் கடந்து வேறொரு சாம்ராஜ்யத்துக்குள் நுழைவாய். அங்கே வெளிப்படும் விஷயம் முழுமையாகவும், எல்லாவற்றிலும் பரவி இருக்கும். அந்த வெளிப்பாட்டை வண்ண பேதங்களிலோ, புள்ளிகளிலோ அடக்கி வைக்க முடியாது.

சீடன்: நான் தியானம் செய்யும் பொழுது பார்க்கும் நிறங்களுடன் பேச முடியுமா?

குரு: நிறங்களுடன் எதற்காகப் பேச வேண்டும்? அவற்றைக் கடந்து செல்.

நீ தியானம் செய்யும் பொழுது தேவையற்ற விஷயங்களில் காட்டும். ஆர்வத்தைக்கூட தவிர்க்க வேண்டும். நீ தியானத்தையே ஒரு வாழ்த்தாகவும், வரமாகவும் கருதினால்தான் உன்னால் இன்னும் மேலே செல்ல முடியும்.

அழியப்போகும் இவ்வுடலில் சிறைப்பட்டிருக்கும் ஆத்மா விடுதலை பெறுவதற்கான வழிமுறையைச் சுலபமாக விவரிக்க முடியாது. தியானம் செய்யும் பொழுது எதையும் எதிர்பாராமல் இருப்பது நல்லது. அதாவது எதையும் பெற வேண்டும் என்று எதிர்பார்க்காதே. அப்பொழுதுதான் உனக்கு உண்மை விளங்கும். விருந்தாளியைக் கையைப் பிடித்து இழுக்கக்கூடாது. அவனை வரவேற்க வேண்டும். இந்த முறை அருள் மொழிகளுக்கும் பொருந்தும்.

சீடன்: அருள் மொழிகளைப் பெறுவது எவ்வாறு?

குரு: அருள் மொழிகள் தெளிவாகவும், வெளிப்படையாகவும் உள்ளன. அவை மழையைப் போல் கொட்டும் பொழுது, ஏன், ஏதோ ஒரு துளிக்காகக் காத்திருக்க வேண்டும்? எதுதான் உனக்கு அருள்மொழிகளை அளிக்கவில்லை? குழாயிலிருந்து சொட்டும் நீர்த்துளிகள், இருட்டான அறை, அசையும் மரங்கள், எண்ணற்ற நட்சத்திரங்கள்– எல்லாவற்றையும் தன்னகத்தே வைத்திருக்கும் அந்த ஆகாயம், எதுதான் கடவுளின் செய்தியை பறை சாற்றவில்லை! அப்பியாசிகளுக்காகக் கடவுளின் அருள்மொழிகள் நில்லாத மழையாக இவ்வுலகை நனைத்துக் கொண்டிருக்கின்றன. நாம் இயற்கைக்கு மாறாக எந்த ஒரு சூழ்நிலையையும் உருவாக்கக்கூடாது. இயற்கையுடன் ஒன்றுபட வேண்டும். அப்பொழுது எல்லாவற்றையும் சுலபமாகப் பெறலாம். தென்றல் அதன் பாதையில் செல்வது இயற்கை. காலம் காலமாக, அலைகள் கரையை மோதித் திரும்புவதும் இயற்கை. நீ எங்கிருந்தாலும் எல்லாவற்றிலிருந்தும், எல்லோரிடமிருந்தும் பாடம் கற்க வேண்டும்.

சீடன்: அருள் மொழிகளை வழங்கும் பேரில் இப்போதெல்லாம் எல்லா இடங்களிலும் விழா எடுக்கிறார்களே!

குரு: விழா எடுப்பதைவிடத் தரப்படும் செய்தி முக்கியம் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள். விழாக்களின் விளைவாகத் தெய்விக அருள் மொழிகளின் வரவு இருக்கவேண்டும். நீ உண்மையைக் கூறுவதற்கு, விஷயங்களை மனம் செய்துகொண்டு, வார்த்தைக்கு வார்த்தை ஒப்பிக்க வேண்டும் என்று அவசியம் இல்லை. அருள் மொழியின் சாரம் உன் இதயத்தில் இருந்து ஓர் அழகான நீரூற்றைப் போல் துள்ளியெழ வேண்டும். ஊற்று வீணாவதில்லை. மேலே எழும்பியது கீழே விழும். விழுந்தது திரும்பவும் மேலே எழும்.

அருள் மொழிகள் ஒரு காலத்தின் தேவையைக் கருதி, மக்களுக்காக வழங்கப்படுபவை. இறைதூதர்களின் தியாகம் மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்தது. அவர்கள், இருக்கும் இடத்திலிருந்தே உண்மையைப் பிரதிபலிக்கலாம்.

ஆனால், அவர்கள் அவ்வாறு செய்வதில்லை. மறைமுகமாய் அவர்கள் இருக்கும் நிலையிலிருந்து கீழே இறங்கி வந்து, சாதாரண மக்களுக்கும் புரியும்வண்ணம் அருள் மொழிகளை வழங்குகிறார்கள். பின், உண்மையை வெளிப்படுத்தியற்காக மக்களின் கோபத்திற்கும், வெறுப்பிற்கும் ஆளாகிறார்கள்.

* * * * * * * *

10. இறை தூதர்களின் பாதை

ஒரு மனிதன் எந்த இடத்திலிருந்தாலும், எந்த மதத்தைச் சார்ந்திருந்தாலும், தன்னுடன் ஒரு முழு ஒப்பந்தம் செய்துகொண்டிருந்தால், அவனுக்கு எந்த விதமான குழப்பமும் இருக்காது. தருவதற்கு அவனிடம் இருப்பது அன்பு ஒன்றுதான். அணிகலனாக அவனிடம் இருப்பது புன்னகை ஒன்றுதான். மற்றவர்களுடைய பாரத்தை வலிய வந்து விருப்பத்துடன் சுமப்பான். அவன் தன்னை நேசிப்பவனல்ல; தன் ஆத்மாவை நேசிப்பவன்; அதனால்தான் அவனால் எல்லோரையும் ஒன்றுபோல் நேசிக்க முடிகிறது.

இறைவன் ஒருவன் என்றால் இறைதூதனும் ஒருவனே! அதனால்தான் இறைதூதர்களின் அருள் மொழிகள் ஒரே மாதிரியாக இருக்கின்றன.

* * * * * * * *

சீடன்: இறைதூதர்கள் ஏன் சித்ரவதை செய்யப்பட்டார்கள்?

குரு: புனிதமான ஓர் உண்மையை மனிதர்களுக்கு உணர்த்துவதற்காக இவையெல்லாம் நிகழ்த்தப்படுகின்றன. ஒவ்வொரு மனிதனும் தன்னைத் தானே சுமக்கக் கற்றுக்கொண்டுவிட்டால் இந்த உலகம் வசிப்பதற்கு மிகவும் அழகான இடமாகிவிடும். அவ்வாறு சுமக்க மறுப்பதால், மேலிருந்து வேறொருவர் இறங்கி வந்து அவர்களுக்காகச் சுமக்க வேண்டி வருகிறது. கஷ்டப்படுவது, வெளிப்படுத்திக்கொள்வதே!

ஒருவன் தன்னைத்தானே சுமக்க வேண்டும். அதற்குப் பொருள், நீ சுதந்திரமாக இருக்க வேண்டும் என்பதே! நன்மை, தீமை இரண்டிலிருந்தும் விடுபட்டு இருக்க வேண்டும். நீ எதையும் சார்ந்து இருக்கக்கூடாது. அப்பொழுதுதான் உன்னால் உறுதியாக நிற்க முடியும்.

உன்னால் சுமைகளைக் குறைக்க முடியாது. அதனால் உன்னை நீ பலப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். எல்லா யோகிகளும், இறைதூதர்களும், இந்த உலகின் மக்களிடம், சுமைகளை இறக்கி வைக்குமாறு இறைஞ்சுகிறார்கள். தங்கள் சுமைகளைச் சுமைப்பது, மனிதர்களுக்குக் கடினமாகத் தோன்றுகிறது; தங்கள் சுமைகளை இறக்கி வைப்பதோ அவர்களுக்கு அதனினும் கடினமாக இருக்கிறது. இந்த முரண்பாடு துக்ககரமானது. அதனால் உனக்கு நான் ஒன்று கூறுகிறேன். உன்னுடைய சக்தியை நீ அதிகரித்துக்கொள்; வரங்களைக் கேட்காதே; உன்னுடைய சுமைகள் குறைய வேண்டும் என்றும் கேட்காதே. அதற்குப் பதிலாக நீ உன்னைப் பலப்படுத்திக்கொள். பிரார்த்தனை உனக்கு

மிகுந்த பலத்தை அளிக்கும். ஒழுங்கான நடத்தை உனக்கு முழுமையான பலத்தைக் கொடுக்கும். அளவோடு பேசுவது உன் பலத்தை அதிகரிக்கும். அழகாகப் பேசுவது உன் பலத்தை அழகுபடுத்தும்.

சீடன்: தியாகத்தைப்பற்றிக் கூறுங்கள்.

குரு: எல்லா மதங்களிலும், கிரந்தங்களிலும் தியாகம் என்ற சொல் திரும்பத் திரும்பப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஏசுபிரான் மனிதர்களிடம் பொன், பெண், புகழ், போதை ஆகியவற்றை விடச் சொன்னார். ஆனால், அவர்கள் அதைச் செய்யத் தயாராக இல்லை. அந்த நான்குந்தாம் தங்களுக்கு உயிர் கொடுப்பவை என்றும், தங்களை இன்னும் மேலே உயர்த்துபவை என்றும் எண்ணினார்கள்.

ஒரு மனிதனை மாற்ற வேண்டும் என்றால் அவனுடைய அகங்காரத்தைத் தொடவேண்டும். அவனை நேரடியாக அவனுடைய வீட்டை விட்டு வந்து விடச் சொன்னால், அவன் வரமாட்டான். அப்படிச் சொல்லாமல் அவனைப் புகழ்ந்து, "நீ மிகவும் நல்லவன்; உன்னால் இந்த வீட்டைக்கூடத் தியாகம் செய்துவிட்டு வரமுடியும்," என்று கூறினால் அவன் வரச்சம்மதிப்பான். ஆனால், இதில் நீ மிகத் தெளிவாக இரு. தியாகம் செய்வதற்கு உண்மையில் எதுவும் இல்லை. இவ்வாறு நினைப்பதே மூடத்தனமாகும். உன்னால் செய்யக் கூடியதெல்லாம் உன்னை நீ காப்பாற்றிக்கொள்வதுதான். அதைத் தியாகம் என்று நீ கூற முடியுமா? செல்வம், மோகம், கோபம், பேராசை ஆகியவற்றின் பிடியிலிருந்து நீ உன்னைக் காப்பாற்றிக்கொள்ளலாம். அவ்வளவே!

சீடன்: அப்படியானால் 'தியாகம்' என்ற சொல் உண்மையில் எதைக் குறிக்கிறது?

குரு: 'தியாகம்' என்பதற்கு உண்மையான பொருள், பிறருடைய துன்பத்தை, மௌனமாக மகிழ்ச்சியாக இந்த உலகத்திற்கு அறிவிக்காமல் ஏற்றுக்கொள்வது ஆகும்.

சீடன்: பிறர் துன்பத்தை நாம் சுமப்பதற்கு நம்மைத் தகுதி ஆக்குவது எது?

குரு: பழங்களைச் சுமக்க வேண்டுமானால் நாற்று, மரமாக வேண்டும். பிறர் சுமைகளைத் தாங்க ஒருவன் தகுதி பெற வேண்டுமென்றால், அவன் ஆன்மிகத்தில் வளர்ச்சி பெற வேண்டும்.

சீடன்: சாதாரணமாக, நாம், "நான்தான் மிகவும் துன்பப்படுகிறேன்," என்று எண்ணுகிறோம் அல்லவா?

குரு: உனக்குத் துன்பத்தைப்பற்றி எதுவும் தெரியாது. இசிவு நோயுற்ற (Spastic) குழந்தைகள் அனுபவிக்கிறார்களே, அது துன்பம். அவர்களுக்கு

வன்மம் இல்லை; வெறுப்பு இல்லை; தீவிரமான அபிப்பிராயங்களுங்கூட இல்லை; ஆனால், அவர்களால் தங்கள் எண்ணங்களை வெளிப்படுத்த முடியாது. தங்கள் என்னங்களையும் உணர்ச்சிகளையும் வெளிப்படுத்திக் கொள்ள அவர்கள் துடிக்கிறார்கள் என்பது கொடிய உண்மை. அவர்களின் வேதனை, ஒரு புதரில் சிக்கிக்கொண்டு வெளிவரத் தெரியாமல் தவிப்பது போலாகும். ஒரு மனிதன் அதிகமாக நோயால் பாதிக்கப்பட்டு இருக்கிறான் என்று வைத்துக்கொள். அவனால் ஒளி அல்லது ஸ்பரிசம் அல்லது சப்தம் ஆகியவற்றுக்குப் பதில் கொடுக்க முடிவதில்லை. அவன் ஸ்பரிசத்தை உணர முடிந்தும், சப்தங்களைக் கேட்க முடிந்தும், ஒளியைப் பார்க்க முடிந்தும் அவற்றுக்கு உகந்தபடி இயங்கமுடியாத நிலையில் இருக்கும் அந்த நோயாளியைப் பார்த்து, அவனைச் சுற்றி நிற்போர், "அவனால் ஒளியைக் காண முடியவில்லை," என்றெல்லாம் கூற முற்படுவர். "இல்லை, என்னால் ஒளியைக் காண முடிகிறது," என்று அந்த நோயாளி கூற நினைப்பான். ஆனால், அவனால் அவ்வாறு செய்ய முடியாது. அப்படிப்பட்ட நிலையில் அவன் படும் துன்பத்தைக்காட்டிலும், மன வளர்ச்சி குன்றி, உடல் பாதிப்படைந்த, இசிவு நோயுற்ற (Spastic) குழந்தைகளின் துன்பம் நூறு மடங்கு அதிகம்.

சீடன்: நான் இறைதூதர்களின் வழியைப் பின்பற்றுகிறேனா இல்லையா என்று எவ்வாறு அறிவது? அதற்கு அளவுகோல் உள்ளதா?

குரு: பனிக்கட்டிகளால் ஆன இமயம் வெப்பத்தைத் தனதென்று கூறமுடியுமா? இல்லை. புனித நீரான கங்கை நெருப்பைத் தனதென்று கூறிக்கொள்ள முடியுமா? இல்லை. காற்றின் போக்கில் கூடிக் கலையும் மேகங்கள் எதையும் தடுத்துவிட்டதாகக் கூறிக்கொள்ள முடியுமா? இல்லவே இல்லை. அதே போல், இறைதூதரும் மென்மை, எளிமை, திடமான நம்பிக்கை ஆகியவற்றைத் தவிர வேறு எதையும் தமதென்று கூறமாட்டார். ஒருவன் இறைதூதரைப் பின்பற்றுகிறானா இல்லையா என்று அறிவதற்கு இதுதான் அளவுகோல்.. ஏசுவைப் பொறுத்தவரை 'அன்பு,' 'சகிப்புத்தன்மை,' 'தியாகம்' இவை மூன்றுந் தாம் அளவுகோல். புத்தருக்கு அது கருணை, மௌனம், ஞானம் .

சீடன்: உருவம் அற்றவர்களுடன் தொடர்பு வைத்துக்கொள்வது எவ்வாறு?

குரு: அவ்வாறு நிறைய ஜீவன்கள் உள்ளன. அவர்களின் புரிந்துகொள்ளும் தன்மை அல்லது தொடர்பு கொள்ளும் நிலை வெவ்வேறாக உள்ளது. எறும்பு உணரும் முறை, மனிதன் உணரும் முறை, நாய் உணரும் முறை ஆகியவை வெவ்வேறு அல்லவா? அது போல், உருவமற்ற ஜீவன்களில் ஒவ்வொரு வகைக்கும் உணரும் தன்மை வெவ்வேறாக இருக்கிறது. சில உன்னுடைய மன அலைகளை மட்டும் புரிந்துகொள்ளும். சில உன்னுடைய வார்த்தைகளை மட்டும் அறியும். வேறு சில, வார்த்தைகள், மன அலைகள் இரண்டையும் புரிந்துகொள்ளும். இன்னும் சிலவற்றால் உன்னுடைய மௌனத்தை மட்டுந்தான் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் சிலரிடம் விசேஷமான ஏதோ ஒன்று இருப்பது புரிகிறது. அவர்கள் யாராக இருக்கக்கூடும்? என்ன காரணத்திற்காக இங்கே வந்திருக்கிறார்கள் என்று வியக்கிறோம். ஆனால், நமக்கு எந்த விடையும் கிடைப்பதில்லையே, அது ஏன்?

குரு: உனக்கு அதற்கு எந்த விடையும் கிடைக்காது. ஏனென்றால் உன்னைப் பொறுத்தவரையில் உன் ஆத்மாவை அறிவதுதான் உனக்கு மிகவும் விசேஷமானது. அதுதான் விலை மதிக்க முடியாத ரகசியம். உனக்கு ஒன்றைப்பற்றி ஏதாவது தெரியுமென்றால் அது உன்னைப்பற்றி ஆகும். உனக்கு ஒன்றைப்பற்றி எதுவுமே தெரியாது என்றால் அது உன்னுடைய ஆத்மாவைப்பற்றியதாகத்தான் இருக்கும். நீ உன் ஆத்மாவை உணராமல் பிறரை அறியமாட்டாய். முதலில் நீ யார் என்று அறிய வேண்டும். விடாமல் முயற்சி செய்தால்தான் இதை நீ அறியலாம்.

உன்னுடைய மனம் நல்லதையே நாடி இருப்பதால், நீ பார்ப்பதெல்லாம் அதற்கு ஏற்றாற்போல் தோற்றமளிக்கிறது. நாம் ஏற்கனவே புல்லாகவும், கல்லாகவும் இருந்து இப்பொழுது மனிதர்களாகி இருக்கிறோம்; மீண்டும் பின்னோக்கிச் செல்ல வேண்டாம். மேலே செல்ல வேண்டும்; கீழே அல்ல.

சீடன்: நமக்கென்று தனிப்பட்டதாக எந்த விருப்பமும் வைத்துக்கொள்ளக் கூடாதா?

குரு: தனிப்பட்டதாக விருப்பத்தை வைத்துக்கொண்டு இயங்குவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். எது நேர்கிறதோ அதைக் கடவுளின் ஆசியாகக் கருதி ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும். இதைப் பின்பற்றுபவன் மகாபண்டிதனாயினும் சரி, கல்வி அறிவில்லாதவனாயினும் சரி, மிகவும் திருப்தியாகவும், நிம்மதியாகவும் இருப்பான்.

சீடன்: நாம் மேலே இருப்பவர்களைத் (ஞானிகளை) தேக வடிவத்துடன் காணமுடியுமா?

குரு: அவ்வாறு காண்பது அவசியமா என்று நாம் பார்க்க வேண்டும். யாரையும் தேகத்துடன் காண வேண்டும் என்று எண்ணுவதை நாம் விடவேண்டும். உன்னைச் சுற்றி உள்ள தேக வடிவங்களுக்குள் இருக்கும் ஆத்மாவைக் காண்பது உகந்தது. பொதுவாக மக்களிடமும், உன் குழந்தை, உன் மனைவி, உன் நண்பர்கள், உன் உறவினர்கள் இவர்களுக்குள்ளிருக்கும் ஆத்மாவைக் கண்டுகொள்ள வேண்டும். இவர்கள் எல்லோரும் தேக வடிவுடன் இருக்கிறார்கள். இவர்களுக்குள் வசிக்கும் கடவுளைக் கண்டு கொள்ள உன்னைப் பழக்கப்படுத்திக்கொண்டால், நீ சுலபமாகப் பல தடைகளைக் கடக்கலாம். நீ உன்னைக்கூடத் தேக வடிவத்தில் காண வேண்டாம் என்பது எனது கூற்று. இந்தத் திறமையைப் பெறுவதற்கு உன்னிடம் எல்லாத் தகுதிகளும் உள்ளன.. மின்சார சக்தி எப்பொழுதும் உள்ளது. ஆனால், சுவிட்சைப் போட்டால்தான் மின்சாரம் தேவையான இடத்துக்குப் பாய்கிறது. நீ உன்னைத் தேக வடிவோடு ஐக்கியப்படுத்திக்

கொள்ளாமல் இருப்பதற்குப் பல வழிகள் உள்ளன. அவற்றைப் பின்பற்ற வேண்டும். உன் தவறுகளைக் கண்டு உன்னால் சிரிக்க முடிந்தால், அதுவே உனக்கு மிகப்பெரிய மனநிம்மதி. நாம் நம்மையே தேக வடிவத்தில் காணாமல் இருக்கும் திறமையை அடைந்தபின் அது சாத்தியமாகும்.

நாம் எப்பொழுதும் 'நான்' என்றும் 'நீ ' என்றும் பேசுகிறோம். ஆத்மாவுக்குத் தேக வடிவம் கிடையாது. பல விதமான உடல்களில் அது இருப்பதால், பிரிந்திருப்பதாகத் தோன்றினாலும் உண்மையில் எல்லாவற்றிலும் சாட்சியமாக இருப்பது ஒன்றுதான். நீ ஒரு வீடு கட்டியிருப்பதால், அதற்குள் தனிப்பட்டதாக ஓர் ஆகாயத்தை வடித்திருக்கிறாய் என்று எண்ணிக்கொள்ள முடியாது. உன் வீட்டினுள்ளும் இருக்கும் ஆகாயம் வெளியிலிருக்கும் ஆகாயத்திலிருந்து தனியாகச் செதுக்கி எடுக்கப்பட்டதாகாது. ஆத்மாவுக்கும் இது பொருந்தும்.

நீ திறந்த வெளிக்கு வந்தால், எல்லாம் தெளிவாகும். ஓர் அறைக்குள் அமர்ந்திருந்தால், உன் மனமும் குறுகிவிடும். ரிஷிகள் மலைகளில் வசித்தார்கள். பிறரையும் அங்கு வசிக்கச் சொன்னார்கள், மனிதன் மலைபோல் உயர்ந்த எண்ணங்களுடன் இருக்கட்டுமே என்று! ரிஷிகள் நதிகளின் அருகே வசிக்கச் சொன்னார்கள், அகண்ட நதியைக் கண்டு மனிதனின் மனமும் அதுபோல் விரிவடையட்டுமே என்று. வெளியே இருக்கும் ஆகாயந்தான் நம்முள்ளும் இருக்கிறது என்பதை எப்பொழுதும் நினைவில் வைத்திருந்தால் சுலபமாக இந்தத் தேகத்தின் ஆதிக்கத்திலிருந்து விடுபடலாம்.

ஒன்றைத் தீர்மானிப்பதில் எந்த விதமான சிரமமும் இருக்கக்கூடாது. மேகங்கள் மழையாகக் கீழே பொழிய வேண்டும் என்று தீர்மானித்துள்ளது. முதலில் மேகங்கள் மோதிக்கொள்ளும், மின்னல் உண்டாகும், இடி இடிக்கும், குளிர்காற்று வீசி மேகங்களை எல்லாப் பக்கங்களிலிருந்து திரட்டி ஒன்று சேர்க்கும். பிறகு, வேதகோஷத்தைப் போல் இந்தப் பூமியில் மழை பொழியும். மேகங்கள் மழையாகப் பொழிய வேண்டும் என்ற தீர்மானம், அதன் பிறகு சிரமமின்றி நிறைவேறும்.

கடலோசை, இரவின் சப்தம், வான்வெளியின் புலப்படாத சங்கீதம்- இவையெல்லாம் நம்முடைய சிரசினுள் இருப்பவைதாம். இவை தொடர்பு ஏற்படுத்திக்கொள்வதற்கான ஒரு வசதியாகும். உன்னால் ஒரு தனிப்பட்ட பகுதியை இயக்க முடியும் என்றால் அந்தத் தொடர்பு நிலை நாட்டப்படும். நீ மற்ற பகுதியுடனும் தொடர்பு கொள்ளலாம். இந்த விதத்தில்தான் அருள் மொழிகள் பெறப்படுகின்றன.

* * * * * * *

11. நம் வாசஸ்தலத்தில் நாம் வசிப்பது

வாசஸ்தலம் என்ற பகுதி தொண்டைக்கு மேலும், மூக்கிற்கு ஏறக்குறைய பின்பகுதியிலும் உள்ளது. துவாரம் என்று குறிக்கப்படும் அந்த இடம் "முழுமையின்" பிரதிநிதி.

எல்லாவற்றிற்கும் ஒரு மூலம் உண்டு. மனமும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல. மனத்தின் மூலத்தைப்பற்றி ஓயாமல் விசாரணை செய்து, அதைக் கண்டு பிடித்து, அங்கேயே வசிப்பதுதான் ஞானம். வாசஸ்தலந்தான் மனத்தின் மூலம். அவ்விடத்தை அடைந்து பிராணசக்தியானது சலனமற்று அங்கேயே அமைந்துவிட்டால் எண்ண ஓட்டம் தானாகவே நின்றுவிடும். உன் 'வாசஸ்தலத்தில்' வசிப்பது செயலற்று இருப்பது அல்ல. அதுதான் செயற்பாட்டின் உச்சம்.

எலியைப் பூனையும் விழுங்கலாம், பாம்பும் விழுங்கலாம். ஒரு சிறிய சப்தங்கூட எலியின் மென்மையான இதயத்தில் பயத்தைத் தோற்றுவிக்கலாம். ஆனால், அந்த எலி, தன் வளையில் இருக்கும்வரை நிம்மதியாக இருக்கும். நீயும் 'உன் வளையில்' வசிக்கக் கற்றுக்கொள். எலிக்கு வளை என்றால் மனிதர்களுக்கு 'வாசஸ்தலம்'. நீயும் உனது வாசஸ்தலமும் வேறுபட்டில்லை என்ற அளவில் நீ ஆசீர்வதிக்கப்பட்டிருக்கிறாய். ஆனால், நீ ஒழுங்கான வழிமுறைகளை மேற்கொண்டு, பகுத்துணர்ந்துதான் இந்த இணைபிரியாத, ஒருமித்த நிலையைப் புரிந்துகொள்ள முடியும். உன்னுடைய பிராணன் "மேலே" வாசஸ்தலத்தில் இருக்க வேண்டும்.

* * * * * * * *

சீடன் : மன அலைகளைப்பற்றிப் படித்திருக்கிறேன். மன அலைகளைத் தோற்றுவிப்பது எது?

குரு : நீதான் அவற்றை உண்டாக்குகிறாய். நீ தியானம் செய்யும் பொழுது உன் மன அலைகள் சீராக உள்ளன. நீ தியானம் செய்யாவிட்டால் சலனப்பட்டு அந்த அலைகள் சீர் குலைந்துவிடுகின்றன. சூனியக்காரியின் கண்கள் சாபத்தை வெளிப்படுத்துகின்றனவே! சாபம் உருப்பெற்றது எதனால்? சூனியக்காரியாலா?....இல்லை....ஆத்மாவினாலா..... இல்லை.... மன அலைகளால்!.... மன அலைகள்தாம் சாபத்தை உருவாக்கின. பிராண சக்தியை மேலே 'வாசஸ்தலத்தில்' நீ நிறுத்திக்கொள். தைரியமாக இரு.

சீடன் : நீங்கள் எங்களை எங்கள் வாசஸ்தலத்தில் வசிக்கச் சொன்னீர்கள். அதே சமயத்தில் நாங்களும் எங்கள் வாசஸ்தலமும் வேறுபட்டனவல்ல என்றும் கூறினீர்கள். பின், இரண்டும் வேறுபட்டாற்போல் தோன்றுவது ஏன்?

குரு : நீ நத்தையைக் கண்டிருப்பாய். நத்தையும் அதன் ஓடாகிய வீடும்

வெவ்வேறல்ல. ஆனாலும் அது தன் வீட்டை விட்டு வெளியிலும் இருக்கும். அதே சமயத்தில் தன் வீட்டுக்குள்ளும் இருக்கும். ஏனென்றால், அது தன் வீட்டைத் தன் முதுகிலேயே வைத்துக்கொண்டிருக்கிறது அல்லவா? அதனால் அது தன் வீட்டைவிட்டு முழுமையாக விலகி இருப்பதே இல்லை என்றாலும், அது தன் ஓட்டுக்குள் சென்றடையும் பொழுதுதான், தானும் தன் வீடும் ஒன்றே என்பதை முழுமையாக உணர்ந்திருக்கிறது.

சுலபமாகப் புரிவதற்காக, நாம் 'உடல்,' உயிர் என்று வைத்துக்கொள்வோம். ஆத்மா என்ற சொல்லை மறந்துவிடு. உனக்குத் தேகம் என்ற ஒன்று இருக்கிறது. அதிலிருக்கும் உயிர்தான் நீ என்று அறிவாய். அப்பொழுது உனது உடல்தான் உனது வீடு அல்லது வாசஸ்தலமாகும். அப்படி இருந்தாலும் 'நீயும்' உனது வாசஸ்தலமும் வேறில்லை.

சீடன் : நத்தைக்குத் தன்னை உள்ளே இழுத்துக்கொள்ளத் தெரிகிறது. ஆனால், எனக்குத் தெரியவில்லையே!

குரு : ஆபத்து என்றதும் நத்தை தன்னைத் தன் ஓட்டுக்குள் இழுத்துக் கொள்கிறது. அதாவது, அது ஆபத்தை, ஆபத்து என்று இனம் கண்டு கொள்கிறது. நீ உனது பிராணனை 'மேலே' வைத்திருந்தால், நீ உன்னுடைய வாசஸ்தலத்தில் இருக்கிறாய் என்று பொருள். அதனுடன் ஒன்றிப் போய்விடு. உன் பிராணன் 'கீழே' இருப்பது உனக்கு மிகவும் ஆபத்தானது என்று நீ உணர்ந்தால், அப்பொழுது மேலே இருப்பது சிறந்தது ஆகும்.

சீடன் : இந்த வாசஸ்தலத்தில் எங்களை வசிக்கச் சொன்னீர்கள். அது தான் மனமா?

குரு : இல்லை!....அதுதான் மனத்தின் ஆரம்ப ஸ்தலமாகும். இப்பொழுது இவ்வாறான விசாரணைகள் உனது மனத்தில் நேருகிறது. உனது மனத்தில் ஒரு நிலை இருக்கிறது. அங்கே இந்த நிலைக்கு அப்பாற்பட்டு வேறொன்று நடக்கிறது என்று உணருவாய்.

உன் மனத்தின் ஆரம்ப ஸ்தலத்தை நீ அறிந்தால், உன்னுடைய நம்பிக்கை ஆன்மிக முதிர்ச்சி பெறுகிறது. இது மிகவும் முக்கியமானது. உனது முன்னேற்றம் சீராகவும், ஒழுங்காகவும் இருக்கிறது என்று நீ உறுதி செய்து கொள்ள விரும்பினால், உன்னுடைய நம்பிக்கை ஆன்மிக முதிர்ச்சி பெறவேண்டும். நாம் எப்பொழுதும் 'உள்ளே' பார்க்க வேண்டும்; வெளியே பார்க்கக்கூடாது.

சீடன் : நத்தை தன் ஓட்டினுள் இருப்பதைப் போல நானும் என்னுள் வசித்தால் நான் செயலற்று இருப்பதாக ஆகாதா?

குரு : அப்படியாகாது! உதாரணத்தை மறந்துவிடு. அதிலுள்ள தத்துவத்தை மட்டும் எடுத்துக்கொள். உதாரணத்தில் அதிகம் ஆழ்ந்தால் அர்த்தமற்ற விவாதந்தான் ஏற்படும்.

உன்னுடைய வாசஸ்தலத்தில் வசிப்பது என்பது செயலற்ற நிலை அல்ல. அது தான் செயற்பாட்டின் உச்சம் ! நீ உன்னுள் வசிக்கத் தொடங்கினால்தான் இதைப் புரிந்துகொள்வாய். நீ சிறிது நேரத்திற்குத்தான் உன் உள் வசிக்கிறாய். அதனால் அந்த இயற்கையான நிலையை ஓர் அபூர்வமான அனுபவம் என்றோ எதேச்சையான அனுபவம் என்றோ தவறாகத் கருதிவிடுகிறாய்.

உன் நிலையை உயர்த்திக்கொள்வது உன் கையில்தான் உள்ளது. குறுகிய ஓர் அறைக்குள் உன்னைப் பூட்டி வைத்தால், உன் மனம் நோயுற்றுப் புழுங்கும். புழுக்கத்தில் இருந்து வெளியே வந்து, குளிர்ந்த காற்றை அனுபவித்து நிம்மதியாகவும், ஒழுங்காகவும் சுவாசிக்க வேண்டும்.

சீடன் : நாம் நம் வாசஸ்தலத்திலிருந்து எவ்வளவு தூரத்தில் இருக்கிறோம் என்று எப்படி அறிந்துகொள்வது?

குரு : உன் மனத்தில் குழப்பம் இருக்கும்வரை, உன் மனத்தில் வேற்றுமை இருக்கும்வரை, நீ அமைதியில்லாமல் இருக்கும்வரை, நீ உன்னுடைய வாசஸ்தலத்தில் வசிக்கத் தொடங்கவில்லை என்று கூறலாம்.

* * * * * * *

12. அனுபவம்

இறைவன் விருப்பப்படி கொடுக்கப்படும் அனுபவம் ஆத்மாவுக்குப் பொருத்தமானதாக, ஆத்மாவைத் துயில் எழுப்புவதாக, ஆத்மா விழிக்க மறுத்தால் அதை உந்துவதாக அமையும். அனுபவத்திற்குப் பிறகு என்ன நேர்கிறதோ, அதுதான் மிகவும் முக்கியமானது. உண்மையில், ஓர் அனுபவத்திற்குப் பிற்பட்டதாக எந்த விளைவும் இல்லை. எது தொடர்ந்து இருக்கிறதோ, அது ஒன்றுதான் அனுபவமாகும். பிறப்பு தொடர்கிறது, இதயம் துடிக்கிறது, நாடி எதிரொலிக்கிறது. அதுதான் தொடர்ச்சியாகும். இது ஒன்றுதான் அனுபவமாகும். 'அனுபவம்' உன்னை விட்டுப் பிரிக்க முடியாத ஒரு பகுதி ஆக வேண்டும். எது 'மாற்றுகிறதோ' அதுதான் அனுபவமாகும்.

* * * * * * *

சீடன் : எனக்கு அனுபவம் ஏற்படுவதற்குரிய தகுதி எப்போது கிட்டும்?

குரு : செய்யும் வேலையிலும், கொள்ளும் எண்ணங்களிலும் நேர்மையான நோக்கம் இருந்தால் உனக்கு அனுபவம் தோன்றும்; நேர்மை மாற்றமில்லாமல் இருக்கும் குணத்தைத் தரும்.

சீடன் : நூறு சதவீதம் விரைவாக விஷயங்களைக் கிரகித்துக்கொள்ள ஒருவனுக்கு எது உதவும்?

குரு : (1) மூளையின் ஆரோக்கியம் மிகவும் முக்கியமானது. சரியான ஆகாரம், சரியான எண்ணம், சரியான செயல் இவற்றால்தான் மூளையின் ஆரோக்கியம் நிச்சயிக்கப்படுகிறது.

(2) உண்மையைத் தேடுவதில் மாறாத ஆர்வம் இருக்க வேண்டும்.

(3) தியானப் பயிற்சியை விடாமல் சரிவரச் செய்ய வேண்டும்.

இவை மூன்றும் இருந்தால் எதையும் முழுவதாக நூறு சதவீதம் கிரகித்துக்கொள்ளலாம்.

சீடன் : அனுபவம் என்றால் என்ன?

குரு : அனுபவம் என்பது ஒரு நிகழ்ச்சியல்ல. ஒரு மாற்றத்தைத் தோற்றுவிப்பது தான் அனுபவம். அனுபவம் ஒரு நதியைப் போன்றது; இரவென்றும் பகலென்றும் பாராமல் நிற்காமல் அது ஓடிக்கொண்டிருக்கிறதல்லவா? அந்த நதி ஓடுகிறது என்பதை நீ ஒப்புக்கொண்ட பிறகு, அது தன் ஓட்டத்தை

நிறுத்துகிறதா? இல்லையே! அதுபோல்தான் அனுபவமும். இரத்தம் அதன் ஓட்டத்தை நிறுத்துகிறதா? இல்லையே! இரத்தம் வேகமாக மேலே சென்று மாறுகிறது; கீழே செல்கிறது; பிறகு மீண்டும் மேலே செல்கிறது; சுத்தம் பெற்று கீழே வருகிறது. அதுபோல்தான் அனுபவமும். எது 'மாற்றுகிறதோ' அதுதான் அனுபவமாகும்.

சீடன் : சில அப்பியாசிகளுக்கு அனுபவங்கள் அடிக்கடி ஏற்படுகின்றன; ஆனால், சிலருக்கு அப்படியில்லை. அது ஏன்?

குரு : அனுபவத்தைப்பற்றிய உன் கருத்து விவாதத்திற்குரியது. அனுபவம் என்றால் என்ன? மனக்கண்களால் காட்சிகளைக் காண்பதோ, பிறருக்குக் கேட்காத வண்ணம் உனக்கு மட்டும் குரல்கள் ஒலிப்பதோ, பரவசமடைவதோ, அன்றிச் சுயநினைவுடன் பறப்பதோ மட்டுந்தான் அனுபவங்கள் என்று நீ நினைக்கிறாயா? நீ உணரவே முடியாத பல அனுபவங்கள் இன்னும் உள்ளன. நீ பேசும் விதம் ஒரு சிறுவனால் திருத்தப்பட்டால் அதை ஒரு புனித அனுபவம் என்று நான் எடுத்துக்கொள்வேன். ஒரு நாய் உனது எஜமானனிடம் நன்றி உணர்வுடன் இருக்க வேண்டியதை உனக்கு உணர்த்தினால் அதை ஒரு புனித அனுபவம் என்பேன். கேள்விப்பட்ட புனித வார்த்தைகளை நீ நினைவில் இருத்திக்கொண்டால் அது ஒரு புனித அனுபவம். நினைவில் இருத்திக்கொண்டதைக் கடைப்பிடிக்கவும் செய்தால் அதுவே தலைசிறந்த அனுபவம்.

சீடன் : தியானம் செய்யும் பொழுது சில சமயங்களில் நான் அசைவற்று இருக்கிறேன். அது அனுபவமாகுமா?

குரு : இல்லை! அது, உள்ளே நீ எப்போதுமே அசைவற்றிருப்பதை உனக்கு நினைவுபடுத்துவது ஆகும். உன்னுடைய ஆத்மாவை அது நினைவூட்டுகிறது. வானத்தைப் பார். அதில் பல ஜீவராசிகள் தென்படுகின்றன. அப்படியிருந்தும் வானம் தன்மட்டில் அசைவற்று இருக்கிறது. வானில் ஓசையிருந்தாலும் வானம் ஓசையெழுப்புவதில்லை. உண்மையான 'நீயும் அது போலத்தான்-எப்போதும்,' ஓசையற்று சலனமற்று இருக்கிறாய். வானம், எப்போதும் அமைதியாகவும் சலனமில்லாமலும், புரிந்துகொள்ளப்பட முடியாததாகவும், எங்கும் வியாபித்திருப்பதாகவும் உள்ளது. வானத்தின் தெளிவையும், வியாபித்திருக்கும் வலிமையையும் உணர்ந்து நீயும் அதுபோல் ஆக வேண்டும்.

பூட்டிய ஓர் அறையில் அடைந்து கிடக்கும் போது சாவித்துவாரம் வழியாகக் காண்பது மட்டுந்தான் உனக்கு ஆகாயம். ஒரு ஜன்னல் திறந்திருந்தால், அதன் மூலம் ஆகாயத்தை இன்னும் அதிகம் காண்கிறாய். கதவுகள் திறந்திருந்தால் நீ பார்க்கும் வானம் மேலும் அதிகம். அறையை விட்டு நீ வெளியே வந்துவிட்டால், இன்னும், இன்னும் அதிகமான வானம் புலப்படுகிறது. அப்படியிருக்க, நீ வானமாகவே மாறிவிட்டால் அது எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும்.

சீடன் : நான் என் கண்களை மூடினால் எனக்கு எதுவும் தெரிவதில்லை.

குரு : நீ எதையும் காணக்கூடாது. வானத்தைக் காணமுடியாது. மேகங்களை மட்டுந்தான் காணமுடியும். அதனால்தான் உனக்குக் குழப்பம் உண்டாகிறது. மேகங்கள் ஒன்றுசேரட்டும். மழை பொழிந்தபின் மேகங்கள் மறைந்துவிடும். உண்மை அது போலத்தான், மனம் தளராதே. உன்னிடம் எது உள்ளதோ அல்லது எது என்னுடையது என்று எண்ணுகிறாயோ, அவற்றை எல்லாம் புதைக்க வேண்டும். அது எதுவாக இருந்தாலும் சரி, விலைமதிக்க முடியாத மாணிக்கமாயினும் சரி, தேவையற்ற குப்பையாயினும் சரி, எல்லாமே புதைக்கப்பட வேண்டியவையே. உன்னால் பார்க்கவோ, கேட்கவோ அல்லது முகரவோ முடியாவிட்டாலுந்தான் என்ன? உன்னால் செய்ய முடியும் என்றால் அவற்றையும் நீ புதைக்க வேண்டும். புதைக்கப்படுவதற்குக் குறைந்த எண்ணிக்கையிலான விஷயங்களே உன்னிடம் உள்ளன எனும் போது நீ இன்னும் மகிழ்ச்சியாக இருக்கலாம். இதை ஏற்றுக்கொள்வது மிகவும் கடினம் என்று நான் அறிவேன். ஆனால், அதுதான் உண்மை. மனம் தளராதே! உன்னுடைய உடைமைகளைப் பெருக்கிக்கொள்ளாமல் இருப்பதால், நீ எதையும் இழக்கமாட்டாய். நீ உன் உடைமைகளைப் பெருக்கிக்கொள்ளவில்லை என்றால், நீ ஆசீர்வதிக்கப்பட்டிருக்கிறாய் என்று கொள். உன்னிடம் உள்ளவற்றை, நீ பெருக்கிக்கொண்டவற்றை, நீ முழுமனத்துடன், முறையாக, முற்றிலுமாக விடவேண்டும்.

சீடன் : இம்மாதிரிப் பெறுவதும், கொடுப்பதும் எதற்காக இருக்க வேண்டும்?

குரு : அதனால்தான் நான் உனக்கு இதைக் கூறுகிறேன். எதையும் பெற்றுக் கொள்ளாதே! கேட்போருக்குக் கொடுக்கப்படும். அதனால் வேண்டாத விஷயங்களைக் கேட்காமல் இருப்பதே நல்லது. எது உனக்கு மிகவும் அவசியமோ, அதை மட்டும் நீ கேட்கலாம். உனக்கு எது அவசியம் ?....

சீடன் : "என்னை நான் முழுமையாக அறிந்துகொள்வது!"

குரு : அதை இப்படிக் கூறலாம்; உன்னுடைய அன்றாட வாழ்க்கையிலும், உன் தியானத்தின் போதும், உன் ஆத்மாவைப்பற்றிய ஓயாத உன் விசாரத்தின் போதும், எப்போதும் உனக்குத் தெளிவு அவசியம் என்று கொள்ளலாம். அதனால் தெளிவையே நாடு. தெளிவை மட்டுமே வேண்டு. அப்பொழுது உன்னுடைய பிரார்த்தனைக்குச் சுலபமாகப் பதில் அளிக்கப்படுவதைக் கண்டு நீ ஆச்சரியப்படுவாய்.

சீடன் : "வாழ்க்கையே ஒரு நாடகம், நாம் எங்கிருந்தோ வந்திருக்கிறோம், எங்கேயோ செல்லவேண்டும்" என்று சொல்கிறார்களே, இவையெல்லாம் எதற்காக?

குரு : நீ உன் தொடக்க நிலையை அடையும் போது, இதை நீ தெரிந்து

கொள்வாய். நீ நேர்மையாக உண்மையைத் தேடுகிறாய் என்றால், உனக்குப் பதில் அளிக்கப்படவேண்டும். உனக்குக் கவனம் அளிக்கப்படவேண்டும். உன்னைக் கண்காணித்துக் கவனத்துடன் வளர்க்க வேண்டும்.

சீடன் : அனுபவங்களைப் பொறுத்தவரை உடலுக்கும், மனத்திற்கும் ஏற்படும் அனுபவங்கள் என்றும், உடலுக்கும் மனத்திற்கும் தொடர்பில்லாத அனுபவங்கள் என்றும் எவ்வாறு பிரித்துப் பார்ப்பது?

குரு : இது ஒரு நல்ல கேள்வி. நீ ஆன்மிக அனுபவங்களைப்பற்றிக் குறிப்பிடுகிறாய். ஆன்மிக அனுபவங்களை மனத்திலும் உடலிலும் ஏற்படுவதைக் கண்டுகொள்கிறோம் அல்லவா? ஆன்மிக அனுபவம் நேர்கிறது என்று வைத்துக்கொள். ஒருவன் ஒரு காட்சியைக் காண்கிறான். மற்றொருவன் ஒரு குரலைக் கேட்கிறான். அனுபவம் என்றால் என்ன? எது நிலைத்து இருக்கிறதோ, எது வெளிப்படையாக உள்ளதோ அதுதான் அனுபவம். சூரியன் ஒரு தொடர்ச்சியான, வெளிப்படையான, நிலைத்த ஆன்மிக அனுபவம். நீ சூரியனைக் காண்கிறாய். அதன் பிரகாசமான ஒளி உன்னை நிரப்புவதை உணர்கிறாய். அது உன்னுடன் நிறையப் பேசி உன்னிடம் இருக்கும் தேவையில்லாதவற்றை உறிஞ்சிவிடுவதாகவும் உணர்கிறாய். இரண்டையுமே சூரியன் செய்கிறது. அது உன் மனத்திலும் நேர்கிறது; உடலிலும் நிகழ்கிறது. "உடலும் மனமும் இங்கே இருக்க, சூரியன் அங்கே இருக்க இது நிகழ்ந்தது" என்று நீ நினைக்கிறாய். ஆனால், மஹான்கள் இந்த வானம் முழுவதும் உன் உள் இருக்கிறது என்று கூறுகிறார்களே! அப்படியானால் சூரியன் உன் உள்ளேயே இருக்க, அது நிகழ்ந்தது. அது உன் உள்ளே நிகழ்ந்ததானால் 'வெளி' என்ற ஒன்று ஏன் என்று கேட்பாய். அதற்கு மஹான்கள் "வெளி என்ற ஒன்று இருப்பதாக யார் சொன்னது?" என்று திரும்பக் கேட்பார்கள்! அவ்வளவே! நாம் புலன்களின் இயங்கும் தன்மையைத் தவறாக அடையாளம் கண்டுகொள்கிறோம். கண்கள் வழியாகப் பார்க்கிறாய்; அதனால் கண்களில்லாவிட்டால் பார்க்க முடியாது என்று நினைத்துவிடுகிறாய். ஆனால், அது அவ்வாறில்லை. இந்த ஊனக்கண்கள் இல்லாவிட்டாலும் உன்னால் காணமுடியும்.

சீடன் : உடலுக்கும், மனத்திற்கும் அப்பாற்பட்டு அனுபவம் நேருமா?

குரு : ஆம், நேரும்.

சீடன் : அனுபவங்களை உணர்வது எது? உள்ளதோ ஒன்றுதான் என்றால், நான் அதை அனுபவிப்பது எவ்வாறு?

குரு : எது உன்னை இந்தக் கேள்வியைக் கேட்கச் செய்ததோ, அது மனமல்ல, இந்த ஆன்மிகப்பாதை நேரானதோ, பாதியில் முடிந்துவிடுவதோ அல்ல. இதைப் பாதை என்றால் அது ஒரு வளைந்த பாதை. இதைப் பாதையல்ல என்றால் இதை ஒரு மலையாகவோ, குன்றாகவோ கொள்ளலாம். அதற்கு ஓர்

உச்சியும் இருக்கும். மலை ஏறத்தான் உனக்குக் கால்கள் உள்ளனவே! அவை வலித்தால் வலிக்கட்டும். சிறிது நேரம் ஒய்வு எடுத்துக்கொண்டு, மீண்டும் நடக்கத் தொடங்கு. காற்றும் மழையும் பலமாக அடிக்கட்டும். அவற்றை எதிர் கொள்வதற்கு உன்னிடம் பாடல்கள் உள்ளன. அழிக்கும் சக்திகள் உன்னைப் பயமுறுத்தட்டும். அவற்றை விரட்டி அடிப்பதற்கு உன்னிடம் உயர்ந்த எண்ணங்கள் உள்ளன. மலையுச்சியை அடையத்தான் போகிறாய் என்பதை அறிவாய். பின், கவலை ஏன்? எது நேர்ந்தாலும், அதை முழுமையாக சாட்சியாக இருந்து வேடிக்கை பார். 'முழுமை' என்று நான் கூறுவது, "உன்னால் முடிந்த அளவுக்கு" என்ற பொருளில். உன்னால் முடிந்த அளவு என்று நான் கூறும் பொழுது, 'அந்த அளவு' தியான பயிற்சியினால் பிரகாசமாகி மேலும் விரிவடையும் என்று அர்த்தமாகும்.

நீ கரையில் நின்று கடலைப் பார்த்தால் உனக்கு இங்கிருந்து சில மைல் தொலைவுதான் கண்ணுக்குத் தெரியும். தினந்தோறும் கடலின் இதே அளவு தூரத்தைத்தான் உன்னால் இங்கிருந்து காண முடியும். அது உனக்குத் திருப்தியளிப்பதாக இல்லாவிட்டால் நீ என்ன செய்வாய்? அருகில் படிகளிருந்தால், நீ சில படிகள் மேலே ஏறி அங்கிருந்து கடலைப் பார்ப்பாய். அப்பொழுது இன்னும் அதிகமாக ஆறு மைல் தூரம்வரை உன்னால் கடலைக் காண முடிகிறது என்று வைத்துக்கொள். இன்னும் உயரத்திலிருந்து பார்த்தால் உன்னால் எட்டு மைல் தொலைவுவரை காணமுடியும் என்று அப்போது யூகித்துக்கொண்டு ஒரு மரத்தின்மீது ஏறி, அங்கிருந்து கடலைப் பார்ப்பாய். பன்னிரண்டு மைல் தொலைவுவரை உன்னால் அப்போது காணமுடிகிறது. பின், மலையுச்சிக்குச் சென்று, அங்கிருந்து கடலைப் பார்க்கிறாய்; ஐம்பது மைல்கள்வரை தெரிகிறது. ஆனால், அப்பொழுதும் உனக்குத் திருப்தி ஏற்படவில்லை. ஏனென்றால், கடலின் முடிவு தெரியவில்லையே! இன்னும் மேலே மேலே ஏறிக் கடலின் பரப்பளவைக் காண முயற்சி செய்வதைக்காட்டிலும் பறந்து சென்று கடலை முழுமையாகப் பார்க்கலாமே என்று முடிவு செய்துகொள்கிறாய். உனக்குப் பறக்க வேண்டும் என்ற விருப்பமும் இருந்து, நீ அடக்கத்துடனும் இருந்தால், நீ சிறகுகளைப் பெறுவாய். அனுமன் பறந்ததும் இவ்வாறுதான். அடக்கத்துடன் இருக்கும் ஆத்மாக்களால்தான் பறக்க முடியும். கடலை வெல்ல வந்ததாக மார் தட்டாதே. உன் நோக்கம் அதுவாக இருந்தால் நீ சர்வ சாதாரணமாக மூழ்கடிக்கப்படுவாய். கடலுக்கு அப்பால் என்ன இருக்கிறது என்று அறிவது உன் நோக்கமாக இருந்தால், அப்போது அந்தக் கடல் உனக்கு ஒரு பொருட்டல்ல; அந்தக் கடலும் நீ கடந்து செல்வதைப் பொருட்படுத்தாது.

சீடன் : உடலையோ, மனத்தையோ சாராமல் அனுபவங்களை உணரும் நிலையை ஒருவன் அடைய முடியுமா? அனுபவத்தைத் த்க்க வைத்துத் தொடரச் செய்வதற்கு உடலையும் மனத்தையும் கடந்து செல்ல வேண்டுமா?

குரு: இல்லை! இல்லை! உனது உடலையோ, மனத்தையோ அழிப்பது என்று அதற்கு அர்த்தமல்ல. உன் உடல் இருக்கும்; உன் மனம் இருக்கும்; உன்

எண்ணங்களும் இருக்கலாம். ஆகாயம் மேகங்களைப் பொருட்படுத்துவதில்லை. அது சூரியனைக்கூடப் பொருட்படுத்துவதில்லை. மேகங்களினால் ஆகாயத்தைத் தூண்டமுடியாது.

சீடன் : சில சமயங்களில் எனக்குக் காட்சிகள் (Visions) மூலமாக ஆன்மீக அனுபவங்கள் ஏற்படுகின்றன. அது திடீரென்று பாதியிலேயே மறைந்து விடுகின்றன. அது எதனால்?

குரு : அந்தக் காட்சிகள் பாதியில் மறைக்கப்படும் போது உனக்கு எரிச்சல், மனச்சோர்வு, ஏமாற்றம் ஆகியவை ஒரே சமயத்தில் தோன்றுகின்றன அல்லவா? இது உனக்கு ஒரு சோதனை. நீ உண்மையில் ஆன்மிகமாய் இருந்தால், காட்சி பாதியில் மறைக்கப்பட்டாலும் எதுவும் நேராதது போல் நீ அமைதியாக சலனமற்றிருக்க வேண்டும். காட்சிகள் காண்பது பெரிய விஷயமல்ல. ஆனால், அவை பாதியில் மறைக்கப்படும் பொழுது உனக்கு என்ன நேர்கிறது என்பதே முக்கியம். காட்சிகள் வரட்டும், மறைக்கப்படட்டும். நீ சலனமுறாதே. தேவர்கள் தியானம் செய்யும் பொழுது, அவர்கள் உன்னையே ஒரு மேன்மையான காட்சியாகக் கண்டு பரவசம் கொள்ள வேண்டும். பல விதமான ஆன்மிகக் காட்சிகளை அவர்கள் உனக்குக் கொடுத்தார்கள். நீயே ஒரு தூய காட்சியாகி உன்னை அவர்களுக்குக் கொடு. இவ்வாறு பயிற்சி செய்வது கடினமானதுதான், ஆனால், எந்தப் பயிற்சியும் கடினமானதுதானே! பாடப் பயின்றாலும், நீந்தப் பயின்றாலும் முயற்சி என்பது மிக அவசியமான ஒன்று.

சீடன் : தெய்விகக் காட்சிகளுக்கும், மனப்பிரமைக்கும் இடையே உள்ள வேற்றுமை என்ன?

குரு : தெய்விகக் காட்சி தடைகளையும் மீறி நிலைத்திருக்கும். மனப்பிரமையும் அதே போல் நிலைத்திருக்கும். நீ கண்டது தெய்விகக் காட்சியா அல்லது மனப்பிரமையா என்பது, நீ என்ன ஆகிறாயோ அதைப் பொறுத்து இருக்கிறது. சுயநலம் அற்ற செயல்களைச் செய்யுமாறு உன்னை ஊக்குவிப்பது எதுவோ அதுவே ஆன்மிகக் காட்சியாகும்.

கனவுகள் கண்டுகொண்டு, அதில் வாழாதே. நீ எதைக் கண்டாலும், எதைப் பின்தொடர்ந்தாலும் அதைச் செயலாக்க வேண்டும். இதுதான் ஓர் அப்பியாசிக்குத் தரப்படும் கடும் சோதனை. இறைவன் காட்சிகளிலும் குரல்களிலும் மட்டும் அடைபட்டுக் கிடப்பவரல்ல. அவர் எல்லாவற்றிற்கும் அப்பாற்பட்டவர். ஆதலால், காட்சிகளைக் கண்டு அதிசயிக்காதே.

* * * * * * *

13. அமைதி, சமாதி, மௌனம்

சந்தேகமில்லாமல் இருப்பது அமைதி ஆகும். வசதியோ அல்லது அறிவின் முதிர்ச்சியோ அமைதி அல்ல. ஒருவனின் இயற்கையான தன்மையே அமைதி ஆகும். அமைதி அறிவினும் உயர்ந்தது. அமைதியில் எந்த விதமான ஆர்ப்பாட்டமும் இல்லை. அமைதி, ஒன்றை அடைவதில் இல்லை. திருந்துவதன் மூலம் அமைதியை அடையலாம். அஹங்காரத்தால் ஏற்படும் இறுக்கத்தை, அமைதி என்று எண்ணிக் குழம்பாதே. அமைதியை உன் உள் இன்றி வேறெங்கு தேடினாலும், அது நிச்சயமாக உனக்குக் கிடைக்காது.

அளவற்ற வானம் அமைதியாகும். சமாதி அமைதியின் வழியில் உள்ளது. ஆதியில் எல்லாம் சமம் என்று அறிவது சமாதி ஆகும்.

மௌனத்தின் குரல் வார்த்தைகளைவிடப் பெரிதாகவும், தெளிவாகவும் பேசும். முதலில் மௌனம் ஒரு தடையாக இருக்கும்; பிறகு, உன் தேவையைப் பூர்த்தி செய்வதாக விளங்கும்; பிறகு பழக்கமாகும்; இறுதியில் இயற்கையாகிவிடும்.

* * * * * * *

சீடன் : அமைதி என்றால் என்ன?

குரு : சந்தேகமில்லாமலிருப்பது அமைதி ஆகும். அமைதி, ஒன்றைத் தேடிக் கொண்டு அதை அடைவதில் இல்லை. அது உன்னுடைய இயற்கையான தன்மை ஆகும். வசதி அமைதியைக் கொடுக்காது. எது, அறிவு அத்தனைக்கும் அப்பாற்பட்டு இருக்கிறதோ, எதனுள் அறிவு அத்தனையும் நதிகளாய் வந்து விழுகின்றனவோ, அதுதான் அமைதியாகும்.

சீடன் : அது ஒரு நிலையாகுமா?

குரு : அது உன்னுடைய இயற்கையான சுபாவமாகும். அது வசதியோ, முதிர்ச்சியோ அல்ல. அது அமைதி.

சீடன் : அமைதியை எவ்வாறு அறிவது?

குரு : அமைதியாக இரு. அமைதி உன்னுடைய இயற்கையான தன்மை என்று அறிந்துகொள். எல்லோருமே தங்கள் வாழ்க்கையில் அமைதியை ஒரு கணமேனும் கண்டிருக்கிறார்கள். தூங்குபவன் அமைதியை அனுபவிப்பான்.

சீடன் : அப்படியானால் அமைதிதான் சமாதியா?

குரு : இல்லை. அமைதி சமாதிக்கும் அப்பாற்பட்டது. சமாதி அமைதியின் வழியிலுள்ளது. சிலரால் சமாதியைத் தொடாமலே அமைதியில் நுழைய முடிகிறது. 'வெளி,' அமைதியாகும். வெளி அளவற்றது. அது உன்னுடைய இமைகளுக்கு இடையிலிருந்து விரிகிறது. 'வான்' என்று அழைப்பதைவிட 'வெளி' என்றழைப்பது பொருந்தும். 'வான்' என்றால் மேலே இருக்கும் ஒன்று என்று நீ தவறாகப் பொருள் கொள்ளக்கூடும்.

சீடன் : சமாதியில் பல வகைகள் உள்ளனவா?

குரு : ஆதியில் எல்லாம் சமம் என்று அறிவது சமாதி ஆகும். சமாதி என்ற சொல் ஒரு குடும்பப் பெயர் போல் பயன்படுத்தப்படுகிறது. ஒருவனிடம் தன் குடும்பத்தின் மேன்மையான குணங்கள் வெளிப்பட்டு இருந்தால்தான் அவன் தன் குடும்பத்தின் பெயரைத் தைரியமாக உபயோகிக்கலாம். ஆதியில் எந்த விதமான தரப்பாகுபாடும் இல்லை. ஆதி தொடக்கமாயிற்று. அந்தத் தொடக்கத்தை நீ இப்போது, இடையில் மீண்டும் கொண்டுவரவேண்டும். அப்படி அதைக் கொண்டுவரும் தருணத்தில், நீ முழுமையாக உண்மையை உணர்ந்தவனாவாய்.

தியானப்பயிற்சி செய்; ஆன்மிகத்தை வளர்த்துக்கொள்; வெளியோ; அற்புதமாக வெளியோ, சுருங்குவதுதான் சமாதி என்று எண்ணாதே. இல்லை! இல்லை! எப்பொழுதும் சுருங்காதே. வளர்ந்துகொண்டிரு. ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் உன்னிடம் பதில் இருக்கட்டும். ஒவ்வொரு பிரச்சினைக்கும் உன்னிடம் ஒரு தீர்வு இருக்கட்டும். பிரச்சினையின் உற்பத்தியிலிருந்தே அதற்குத் தீர்வும் காண முடியுமென்றால், ஒன்றைப் பிரச்சினை என்று கொள்வதில் எந்தத் தவறும் இல்லை. இறைவனைப் போல் சத்தியமாகவும், கருணையாகவும் இரு. முயற்சி செய்யும் பொழுது சிரமங்களை உணராமல் இரு. இல்லாவிடில், நீ சுதந்தரத்தை உணர முடியாது. ஒன்றை அடைவதில் தீவிரம் காட்டுவதாகச் சொல்லி முகம் இறுகிப் போகாதே. முழுமையான கவனத்துடன் 'மேலே' செல்வதற்கு முயற்சி செய்துகொண்டிரு. 'மேலே' சென்றபின் எப்பொழுதும் 'மேலேயே' இரு.

சீடன் : வேறு நிலைகள் எவையேனும் உள்ளனவா?

குரு : சமாதியை நோக்கிச் செல்லும் ஓர் அப்பியாசியின் நிலை ஒரு சிறிய உப்புப் பொம்மை கடலை நோக்கிக் குதித்துச் செல்வது போன்றது. அந்தப் பொம்மை சிறிது தூரம் மணற்பகுதியில் செல்லும்; பிறகு, தென்னந்தோப்பினுள் நுழைந்து தத்தித் தத்திச் செல்லும். பிறகு, ஈரமான மணலைத் தாண்டி அலைகளின் ஓரத்தைத் தொடும். சில நொடிகளில் 'பொம்மை' என்ற தனித்தன்மையை இழந்து, நீரில் கரைந்து 'கடல்' ஆகிவிடும். அதுதான் சமாதி. சமாதிக்கு அப்பால் தரப்பாகுபாடு மிகவும் நுட்பமாக உள்ளது.

அமைதி நீ சேரவேண்டிய இடமாகட்டும். நீ ஓர் இரயில் வண்டியில் ஏறி இருக்கிறாய் என்று வைத்துக்கொள். பல இரயில் நிலையங்களை நீ கடந்து செல்வாய். ஆனால், இரயில் வண்டி ஒவ்வோர் இரயில் நிலையத்திலும் நின்று நின்று போவதில்லை. அது சில இரயில் நிலையங்களில் நிற்காமல் கடந்துவிடுகிறது. சமாதிக்கு அப்பால் இருக்கும் மிகவும் நுட்பமான தரப்பிரிவுகளை நீ சமாதியில் இருக்கும் பொழுது அறியமாட்டாய். முன்பு கூறியதைப் போல் சமாதிக்கு அப்பால் அமைதி உள்ளது. சமாதியைத் தொடாமலும் அமைதியில் நீ நுழைய முடியும்.

சீடன் : அமைதியை எவ்வாறு தக்க வைத்துக்கொள்வது?

குரு : அமைதியைத் தக்க வைத்துக்கொள்வதற்கு அதை உன் உள் உறையச்செய். உன்னுள்ளே திடீரென்று தென்படும் அமைதி வெளியிலுள்ள ஒரு சக்தியால் நேர்ந்தது போல் தோன்றும். அமைதி உன்னுள் தென்படும் தருணத்தில் அதை நிறுத்தி உறையச்செய். உன்னுடைய பல விதமான பிறப்புகளின் எண்ணற்ற வாழ்க்கையின் தொடர்ச்சிகள் உறைத்து வைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த அமைதியும் உனக்குப் புதியதாகக் கிடைத்தது அல்ல. விழித்திரு! உன் மனத்தில் தோன்றிய நல்லதை உறையச்செய்துவிடு. இது சுலபமானது. "நான் எங்கேயிருந்தாலும் இந்த அமைதியை என்னுள் தக்க வைத்துக்கொள்வேன். எந்த விதமான வெளி விஷயத்தாலும் நான் பாதிக்கப்பட மாட்டேன்" என்று உனக்கு நீயே கூறிக்கொள். பிறகு, உன்னுடையதான அமைதியை விட்டு உன்னால் பிரிய முடியாது. பிறகு, நீ எதைச் செய்தாலும் அது சிறப்பாக அமையும்.

சீடன் : ஒருவன் தூங்கும் பொழுது அமைதியாக இருப்பான் என்று கூறினீர்கள். ஒருவன் விழித்திருக்கும் பொழுது அது சாத்தியமா?

குரு : அது சாத்தியமாக வேண்டும். சப்தங்கள் இருந்தாலும் நம் சம்பாஷணையை நாம் தொடர்கிறோம் அல்லவா? அது போல், தூக்கத்திலிருந்து விழித்துக்கொண்டாலும் அமைதியிலேயே தொடர்ந்து இருக்க வேண்டும். அப்போது இந்தத் தூக்கம், விழிப்பு, இவை இரண்டும் இணையும் நிலை ஆகிய இம்மூன்று நிலைகளுக்குள்ளும் வேற்றுமை இல்லாமல் போய்விடும்.

சீடன் : இந்த இணையும் நிலை கனவு நிலையாகுமா?

குரு : இல்லை! தூக்கத்தில் நீ அமைதியை நினைவில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுது அமைதி பின்தங்கிவிடாமல், அது ஒரு காட்சியாக ஆகிவிடும். அப்பொழுது உன் தூக்கத்தில் அமைதி இருக்கிறது. நீ அப்பொழுது உன்னுடைய விழிப்பு நிலைக்கு அந்த அமைதியைக் கொண்டு வரவேண்டும். அமைதியை உன் உள் கொண்டுவரும் பொழுது, அங்கே வெளி நினைவு (Outer Consciousness) இருக்கிறது. அதில் அமைதி நிலவுகிறது. அப்பொழுது மூன்றாவதான இந்த இணையும் நிலை உண்டாகிறது.

சீடன் : நீங்கள் கூறும் அந்தத் தூக்கமும், விழிப்பும் இணையும் நிலைதான் 'தூங்காமல் தூங்கும் நிலையா?'

குரு : ஆமாம்! விதை, மரமல்ல; ஆனால், விதையினுள் மரம் இருக்கிறது. அது போல் 'சுகத்தை' விரிவுபடுத்தினால் அது, அமைதியாக வெளிப்படுகிறது. விதையினுள் இருப்பதும், அதை மூடிக்கொண்டிருப்பதும் ஒன்றுதான்.

சீடன் : என்ன நேர்ந்தாலும், அதனால் பாதிக்கப்படாமல் இருக்கும் ஒருவன் அமைதியாக இருப்பதாகச் சொல்ல முடியுமா?

குரு : இல்லை! இல்லை! ஒரு முட்டாள்கூட அவ்வாறு இருக்க முடியும். எதிலுமே ஆர்வம் கொள்ளாதவன்கூட அவ்வாறு இருக்க முடியும். அன்பே இல்லாமலிருப்பவனும் அவ்வாறு இருக்கலாம். ஒருவன் பாசத்தைக் கடக்க வேண்டும். எது நேர்ந்தாலும் பாதிக்கப்படாமலிருப்பது ஞானமும், முதிர்ச்சியும் அடைந்ததற்கு அடையாளமாகும். ஆனால், அது அமைதியாகாது. அமைதி இவை எல்லாவற்றையும் கடந்தது.

சீடன் : ஒருவன் அமைதியாக இருந்தால் மற்றவர்கள் அதை உணர முடியுமா?

குரு : இல்லை! அவர்களும் அமைதியாக இருந்தால்தான் அவர்களின் ஆர்வத்தில் எந்த விதமான எரிச்சலோ, பாதிப்போ இல்லாமலிருந்தால்தான், மேலும் அதே அலைவரிசைக்குத் தாங்களும் வந்தால் ஒருவனுடைய அமைதியைப் பிறர் உணரமுடியும். அமைதியை அறிவதற்கும், அதை அனுபவிப்பதற்கும் ஒருவிதமான அமைதி தேவை.

சீடன் : ஒருவரிடம் இருக்கும் அமைதியை மற்றவர் புரிந்துகொள்ள வேண்டுமானால் இருவருமே அமைதியானவர்களாய் இருக்க வேண்டும் என்று கூறுகிறீர்களா?

குரு : அமைதியும், அமைதி நிரம்பிய மனிதனும் வெவ்வேறாக இருக்க முடியாது. அமைதியில் மனிதன் என்ற தனித்துவம் கிடையாது. 'இரண்டு அமைதி' என்பதும் கிடையாது. இரண்டு நபர்கள் இருக்கலாம். அவர்கள் இருவருமே அமைதியாக இருந்தாலும் அங்கே தவழும் அமைதி ஒன்றுதான்.

சீடன் : எரிச்சலோ, பாதிப்போ அடையாமல் இருப்பவனால்தான் மற்றவன் அமைதியை உணர முடியும் என்று கூறினீர்கள். ஆனால், மஹான் புத்தர் பலரை அமைதிப்படுத்தினாரே!

குரு : எப்பொழுதுமா?.....இல்லை! அமைதியாக இருப்பவர் அமைதியில்லாமல் எரிச்சலோ, பாதிப்போ அடைந்தவர்களைச் சற்று நேரத்திற்குச் சமாதானப்படுத்தி, இயற்கையின் இயல்பான தன்மையை வெளிப்படுத்துவதற்காக, அவர்களை அமைதியாக்கலாம். இதுகூட அமைதிக்கு ஒரு படி கீழே உள்ளதே. ஏனென்றால், அமைதியில் எந்த விதமான செயல் விளக்கமும் கிடையாது. அமைதி என்பது உணர்ச்சிகளை அடக்கி ஆள்வதோ, அறிவோ அல்லது

ஞானமோ அல்ல. ஒருவனுக்குச் சமாதியைக்கூடக் கொடுக்கலாம். ஆனால், அமைதியைக் கொடுக்க முடியாது.

சீடன் : நாம் அமைதி பெற்றால் அதை மற்றவர்களுக்குப் பிரதிபலிக்கலாமா?

குரு : குரு ஓர் எப்பியாசிக்கு அவனுடைய ஆத்மாவைப்பற்றி நினைவூட்டினாலும் அவன் அதை நினைவுபடுத்திக்கொள்ள மறுக்கிறான். இது மற்ற விஷயங்களுக்கும் பொருந்தும். அமைதியாக இருக்க விரும்பாத மனிதனை எந்த புத்தராலும், எந்த ஞானியாலும் மாற்ற முடியாது. குருவுக்கு மாயாஜாலங்களில் நம்பிக்கை கிடையாது. அவர் நிகழ்த்தும் அற்புதங்கள் ஒரு வரைமுறைக்கு உட்பட்டவை. காலம் அற்ற தன்மையில் அவருடைய அற்புதங்கள் நிறுவப்படுவதால் அவை காலத்தின் சோதனைகளை வென்று நிற்கும்.

நீ மற்றவர்களுக்கு அமைதியை நினைவுபடுத்தலாம். மௌனம், வார்த்தைகளால் நினைவுறுத்தப்படுத்தலாம். அமைதிக்கும் இது பொருந்தும். அமைதியை மற்றவர்களுக்குச் சிறிய புனித வார்த்தைகள் மூலம் நினைவுபடுத்தலாம். ஆனால், கேட்பவன் உண்மையைத் தீவிரமாக நாடுபவனாக இருந்து, அவன் அமைதியைப் பெறும் நிலையில், அந்த அலைவரிசையில் இருந்தால் அவனுக்கு வார்த்தைகள் மிகவும் முக்கியமானவை.

சீடன் : மௌனம் சுற்றிலும் பரப்பப்படுவது எவ்வாறு?

குரு : நீரை ஓர் இடத்திலிருந்து மற்றோர் இடத்திற்கு எடுத்துச் செல்லலாம். ஆனால், 'வெளி'யை அவ்வாறு எடுத்துச் செல்ல முடியுமா?....:முடியாது.

பஞ்ச பூதங்கள் உள்ளன. அவற்றுள் 'வெளி'யும் ஒன்று. நிலம், நீர், நெருப்பு, காற்று ஆகியவற்றை ஓர் இடத்திலிருந்து இன்னோர் இடத்திற்கு எடுத்துச் செல்லலாம். ஆனால், 'வெளி'யை எடுத்துச் செல்ல முடியாது. மௌனமும் அவ்வாறே. நீ உன்னுள் சப்தம் செய்யமாலிருந்தால், மௌனம் உன் மூலமாகவே உனக்கு 'உன்னை' (ஆத்மா) ஞாபகப்படுத்தும். நீ அதை நேசிப்பாய். அதன் அழகைக் கண்டு பிரமிப்பாய். அதன் எளிமையைக் கண்டு வியப்படைவாய். மௌனத்தின் அடக்கத்தைக் கண்டு நீ செயலற்று நிற்பாய். பிறகு, அந்த மௌனத்தை உன்னிடம் தக்க வைத்துக்கொள்வதற்காக விரைவாக ஒரு வழியைத் தேடுவாய். மௌனத்தை விட்டுச் சிறிதளவு விலகினாலுங்கூடக் கிளர்ச்சியும், பாதிப்பும் உண்டாகிறது. அந்தப் பாதிப்பே உன்னை உன் உள் திருப்பிச் செல்ல ஊக்குவிக்கிறது. குளுமையான அறையிலிருந்து வெளியே வந்ததும் உன்னைத் தாக்கும் உஷ்ணமே உன்னை மீண்டும் உள்ளே விரட்டுவது போல்தான் கிளர்ச்சியால் ஏற்படும் பாதிப்பும் உன்னை மீண்டும் மௌனத்துக்கு விரட்டுகிறது. இந்த விஷயத்தில் கிளர்ச்சி உணர்ச்சிகளால் ஏற்படுபவை அல்ல. இது ஆன்மிகத்தைச் சார்ந்தது.

நிறைய முயற்சிக்குப்பின், நீண்ட வழிமுறையைப் பின்பற்றிய பிறகு, உன்னால் பேசும் பொழுதுகூட, இந்த மௌனத்தைத் தக்க வைத்துக்

கொள்ள முடியும். மௌனத்தின் அழகு என்னவென்றால், மௌனமாக இருப்பவன் பேசும் வார்த்தைகள், கேட்பவனுக்கும் மௌனத்தை அறிவிக்கும். உண்மை என்னவென்றால், மௌனமாய் இருக்கும் இதயத்தில் இருந்து வெளிப்படும் வார்த்தைகள், கேட்பவனுக்கு அவன் உள்ளிருக்கும் மௌனத்தை நினைவூட்டும். அதுதான் மௌனம். மௌனத்தின் குரல் வார்த்தைகளை விடப் பலமாகவும் தெளிவாகவும் பேசும். நீ மௌனமாக இருந்தால், தூரத்தில் இருக்கும் குரலையும் உன்னால் கேட்க முடியும். தூரத்தில் ஒலிக்கும் குரல் உனக்கு மிக அருகில், உன் உள்ளேயே இருப்பதுதான் என்பதையும் நீ உணர்வாய்.

சீடன் : மௌனத்தில் தொடர்பு கொள்ள முடியுமா?

குரு : இல்லை! மற்றவனும் வார்த்தைகள் பேசாமல் மௌனமாக இருந்தால் தான் இது சாத்தியமாகும். இல்லாவிட்டால் மௌனத்தைப்பற்றி அவனுக்கு நினைவுபடுத்துவதுதான் சாத்தியமாகும். ஒரு புத்தர் தம் மௌனத்தின் மூலம் இன்னொரு புத்தரிடம் தொடர்பு வைத்துக்கொள்ளலாம். ஆனால், புத்தியால் குழம்பிக்கொள்பவனுடன் தொடர்பு வைத்துக்கொள்ள முடியாது. அவனுக்கு வார்த்தைகள் மூலம், மௌனத்தின் அவசியத்தையும் அது அவன் உள்ளேதான் இருக்கிறது என்பதையும் நினைவுபடுத்தலாம். நீ ஓர் ஒழுங்கான கருவியாக இருந்து, மௌனமாகவும் இருந்தால், எல்லாவற்றையும் மௌனத்தில் பெறுவாய்.

சீடன் : இரண்டு நபர்களிடையே புரிந்துகொள்ளும் தன்மை இருந்தால், அவர்கள் அதிகம் பேசிக்கொள்வதில்லையே.

குரு : ஏனென்றால், அவர்கள் ஏற்கனவே பேசிக்கொண்டுவிட்டவர்கள்.

சீடன் : அந்த நிலையை மௌனம் என்று கூற முடியுமா?

குரு : அது மௌன நிலையின் தொடர்ச்சியாகும். நீ உன் உள் மௌனமாக இருந்துகொண்டு அதை வார்த்தைகளின் மூலம் வெளிப்படுத்து.

சீடன் : அமைதி மௌனத்திலிருந்து ஆரம்பிக்கிறதா?

குரு : மௌனமே அமைதி.

சீடன் : சப்தங்களின் இடைவேளையில் அமைதியைக் காண்கிறோம் அல்லவா?

குரு : சப்தந்தான் மௌனத்தின் தொடர்ச்சியைத் தருகிறது. மௌனம் தொடர்ச்சியாக இல்லாவிட்டால், அது தான் இருப்பதை அவ்வப்பொழுது நினைவுபடுத்த முடியாது.

* * * * * * * *

14. அறிவு, ஞானம், உணர்தல்

அறிவு, நீ அடைய வேண்டிய முடிவான இடமல்ல. முடிவான இடத்தை நோக்கி நீ மேற்கொள்ளும் பயணத்தின் போது எதிர்ப்படுவதுதான் அறிவு. அறிவுக்கும் அறியாமைக்கும் அப்பாற்பட்டு இருப்பதுதான் நீ போய்ச் சேர வேண்டிய முடிவான இடம்.

அறிவைவிட ஞானம் சிறந்தது. ஆனால், துரதிர்ஷ்டவசமாக அறிவின் மூலமாகத்தான் ஞானத்திற்குச் செல்ல முடியும்.

அறிவின் சாம்ராஜ்யத்தில் இருந்துகொண்டு அதனினும் உயர்ந்த ஞானத்தை உன்னால் சமாளிக்கமுடியாது. நீ செயல்படும் போதும், பேசும் போதும், செவிமடுக்கும் போதும் இந்த அறிவு ஒரு வரம்புக்கு உட்பட்டதே என்ற பிரக்ஞையோடு எப்பொழுதும் உணர்ந்துகொண்டிரு. அந்த உணர்தல் இருந்தால் போதும். ஆனால், அது நேர்மையாக இருக்க வேண்டும். மாயையிலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ளும் வழி உணர்தல் ஆகும்.

* * * * * * * *

சீடன் : என்ன நடக்கிறது, எவை நேர்கிறது என்பதைப்பற்றி நாம் அறிய வேண்டும் என்று எனக்குக் கூறப்பட்டிருக்கிறது.

குரு : ஆம்! உன்னைச் சுற்றி என்ன நடக்கிறது என்று அறிந்துகொள். ஆனால், நடப்பவை தவறா, சரியா என்று உன்னுடைய மனத்தில் விவாதம் செய்யாதே. இந்தச் சப்தமான உலகத்தில் செவிடாக இருப்பது போல நடிக்க முடியாது; செவிடாக இருக்கவும் முடியாது. ஆனால், அதே சமயத்தில் காதில் விழும் விஷயங்களை வைத்துக்கொண்டு உனக்குள் ஒரு மானசீகப் பட்டிமன்றம் நடத்தவும் கூடாது. அதுதான் ஞானத்தின் அறிகுறி. ஒரு ஞானி நன்மையே கருதி ஒன்றைச் செய்ய, அவன் செய்தது தவறு என்று ஒரு சாரார் அவனைக் குற்றம் சாட்டுவர். ஆனால், ஞானியோ இத்தகைய குற்றச் சாட்டுகளால் சற்றும் நிலைகுலையாமல் தன் வழி நடப்பான். கொடிய மிருகங்களையும் வேட்டையாடுபவர்கள், தங்கள் வீட்டில் ஒரு கரப்பான் பூச்சிக்குப் பயந்துவிடுவதுண்டு. ஆம்! ஆம்! அதனால்தான் ஞானம் அறிவை விடவும் சிறந்ததானது. அது மிக அவசியமுங்கூட. ஆனால், துரதிர்ஷ்டவசமாக அறிவின் மூலமாகத்தான் ஞானத்திற்குச் செல்ல முடியும்.

சீடன் : சந்தேகத்திலிருந்து விடுபட்டு இருப்பவன்தான் 'ஞானமுள்ளவன்' என்று அழைக்கப்படுகிறானா?

குரு : அவ்வாறு அழைக்கப்படுவது சந்தேகத்திலிருந்து விடுபட்டு இருப்பதால்

அல்ல. இதை நான் ஓர் உதாரணத்துடன் விளக்குகிறேன். தாவர இயல் நிபுணர் இருக்கிறார். அவருக்குச் செடி, கொடிகளைப்பற்றிய அறிவு மட்டுமல்லாமல் அந்தச் செடி எப்படி உருவாகியிருக்கிறது, அதன் பகுதிகள் என்னென்ன என்று ஆராய்ச்சி செய்யும் அறிவு உள்ளது. அவர் இதுவரை பார்க்காத ஒரு செடியைப் பார்க்க நேர்ந்தாலும் இந்த அறிவைக்கொண்டு அந்தச் செடியைப் புரிந்துகொள்ள முற்படுவார். இங்கே நாம், அவர் சந்தேகத்துடன் இருக்கிறார் என்று கூற முடியாது. அவர் அந்தச் செடியை முன்பு கண்டதில்லை. ஆனால், அது என்னவென்று அறிந்துகொள்வதற்குத் தேவையான அறிவு அவரிடம் உள்ளதல்லவா? அதுதான் ஞானமாகும். அந்தக் குறிப்பிட்ட செடியைப்பற்றித் தெரிந்துகொள்வதுதான் அறிவு. ஞானத்தின் மூலம் கிடைக்கும் அறிவு உயர்ந்தது. இது மிகவும் விசித்திரமான ஒன்றாகும். சந்தேகம் அவனைப் பாதிப்பதோ, குழப்புவதோ இல்லை. ஞானியாக இருப்பவன் பாதிக்கப்படமாட்டான்.

சீடன் : நான் சேரவேண்டிய முடிவான இடத்தை அடைவதற்கு எனக்கு அறிவு தேவை அல்லவா?

குரு : நீ மேற்கொண்டுள்ள பயணத்தில் நீ அடைய வேண்டிய முடிவான இடம் அறிவு அல்ல. பயணத்தின் போது எதிர்ப்படுவதுதான் அறிவாகும். அறிவுக்கும் அறியாமைக்கும் அப்பாற்பட்டு விளங்குவதுதான் நீ போய்ச் சேர வேண்டிய முடிவான இடம்.

இந்த வாழ்க்கையிலேயே நீ சாட்சாத்காரத்தை உணரலாம். நீ அன்றாடம் உன்னுடைய வேலைகளைச் செய்துகொண்டிருக்கும் போதேகூட ஒரு நாள் இதை உணரலாம். அந்த அனுபவம் ஒரு சிறிதே கிட்டினலுங்கூட, ஒருவன் அங்கிருந்து ஆன்மிகப் பயணத்தை ஆரம்பிக்கிறான்; மற்றொருவன் ஆச்சரியமடைகிறான்; இன்னொருவன் பிரமித்துப் போகிறான். ஆனால், நீ இன்னும் மேலே செல்வதற்கு முயல வேண்டும். பிரம்ம சாட்சாத்காரத்திற்கு எது அச்சாணியாக உள்ளதோ, அதுவே ஆக வேண்டும் நீ. எது எல்லா இடத்திலும், எல்லா ஜீவன்களிலும் நிரம்பி உள்ளதோ அதுவே ஆக வேண்டும் நீ. அது ஒன்றைத்தான் அறுதியானது என்றும், பரம்பொருள் என்றும் கூற முடியும். நீ முதிர்ச்சியின் உச்சியை அடையும் போது, எல்லோரையும் சமமாக நடத்துவது இறுதியை அடைந்ததற்கு ஈடாகாது. நீயே யாவுமாக இருப்பதே அறுதியானது. ஒவ்வோர் உயிருமே நீ என்று ஆக வேண்டும்.

சீடன்: அறிவைப்பற்றித் தெரியும்; ஆனால், ஞானத்தை எவ்வாறு கையாள்வது?

குரு : அறிவினால் ஞானத்தைக் கையாள முடியாது. ஞானமே முதன்மையானது என்பதை அறிந்த பிறகு, நீ செய்ய வேண்டியது, பணிவுடன் காத்திருப்பதே. நீ செயல்படும் போதும், பேசும் பொழுதும், செவி மடுக்கும் போதும் இந்த அறிவு ஒரு வரம்புக்கு உட்பட்டதே என்ற பிரக்ஞையோடு எப்பொழுதும்

உணர்ந்துகொண்டிரு. அந்த உணர்வு இருந்தால் போதும். அது நேர்மையாக இருக்க வேண்டும். திரும்பத் திரும்ப ஒப்பிப்பதற்கு 'உணர்தல்' ஒரு பாலர் பாடட்டல்ல! அது நினைவு வைத்துக்கொள்வதற்கு ஒரு விஷயமல்ல; அணைத்துக் கொள்வதற்கு அது உன் குழந்தையுமல்ல. மாயையிலிருந்து தப்பித்துக்கொள்ளும் வழி உணர்தல் ஆகும்.

நீ ஓர் இருண்ட அறையில் இருப்பது போல் கற்பனை செய்துகொள். உன்னால் உன் விரல்களைக்கூடப் பார்த்துக்கொள்ள முடியாத கும்மிருட்டு. இருட்டும், ஈரமுமான அந்த அறையில் ஒரு மூலையில் இருந்து மட்டும் சிறிய ஒளி மின்னுகிறது. அந்த ஒளிதான் 'உணர்தல்'. அந்த ஒளியை அடைந்தால் நீ இருளிலிருந்து வெளிவரலாம். நீ தடுமாறிக் கீழே விழுந்து, உன் உடல் முழுவதும் காயப்பட்டாலும், நீ உன் கண்களை அந்தச் சிறிய ஒளியிலிருந்து நீங்காமல் வைத்திருப்பாயானால், அந்த இருளிலிருந்து உன்னால் வெளிவர முடியும். அதற்கு நீ உன்னுடைய கண்களைத் திறந்தே வைத்திருக்க வேண்டும் என்பதுதான் நீ செய்ய வேண்டிய குறைந்த பட்ச முயற்சி. இல்லாவிட்டால் நீ அந்தச் சிறிய ஒளியைக் காணமாட்டாய். இதுதான் ஒவ்வொரு தனி மனிதனும் பெற்றிருக்கும் சுயாட்சி. இந்தச் சுயாட்சியில் எந்த குருவும், எந்தத் தெய்வமும் தலையிட முடியாது. அவர்கள் உன்னிடம் கெஞ்சலாம், உன்னை உந்தலாம், உன்னுடைய நன்மைக்காக உன்னைப் பயமுறுத்தலாம். ஆனால், கண்களைத் திறக்க வேண்டியவன் நீ. நீ உன் கண்களைத் திறந்து அந்தச் சிறு ஒளியைக் கண்டால்தான், உன்னால் அந்த இருண்ட அறையை விட்டு வெளியே வரமுடியும்.

சீடன் : உங்களுடன் இவ்வாறெல்லாம் பேசுவதற்குக்கூட ஓரளவு 'உணர்தல்' தேவை அல்லவா?

குரு : 'உணர்தல்' ஒரு பொதுவான விஷயம். நீ பாடலாம், அமர்ந்திருக்கலாம், பேசலாம், நடக்கலாம்; நீ ஏது செய்துகொண்டிருந்த போதிலும், அவற்றுக் கெல்லாம் பொதுவானது நீ உயிரோடு இருக்கிறாய் என்பது. உணர்தலும் அது போல்தான். உயிரோடு இருப்பது செயல்களுக்கெல்லாம் பொது. உணர்வோடு இருப்பது, செயல்களெல்லாவற்றையும் புரிந்துகொண்டு ஒவ்வொன்றையும் கடந்து வருவதற்குப் பொது.

சீடன் : விழிப்போடு இருப்புதற்கும் உணர்வோடு இருப்பதற்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன?

குரு: உணர்வு அல்லது 'உணர்தல்' உள்ளே இருக்கிறது. விழிப்போ நீ செயல்படும் பொழுதே தென்படுகிறது. நீ இதை இவ்வாறு எடுத்துக் கொள்ளலாம் - ''சக்தியும் அதன் வெளிப்படும் தன்மையும்.''

சீடன்: உணர்தலில் தரப்பாகுபாடு உண்டா?

குரு: இல்லை! இல்லை! நீ அதைப் புரிந்துகொள்வதில்தான் தரப்பிரிவு உள்ளது.

சீடன் : சலனமேயில்லாமல் அமைதியாக இருக்கும் பொழுது நான் முழுமையான உணர்வோடு இருக்கமுடியுமா?

குரு: நீ சலனமற்ற அமைதியான நிலையைச் சமாதி என்று நினைத்தால் அது தவறு. நான் சமாதியை முழுமையான உணர்வு நிலை என்று கூறமாட்டேன். ஆனால், சலனமற்ற நிலையில் அது சாத்தியமாகும். நீ எதை மௌனம் என்று சாதாரணமாக எண்ணுகிறாயோ, அது சலனமற்ற நிலையைத் தவிர வேறு எதுவும் இல்லை. உன்னுடன் நீ சமாதானமாக இருக்கிறாய் என்று அதற்குப் பொருள். அது வசதியல்ல; ஆனால், அமைதி ஆகும். யார் வேண்டுமானாலும் தன்னுடன் சௌகரியமாக இருந்துகொள்ளலாம். ஆனால், தன்னோடு சமாதானமாக இருப்பது அதற்கும் அப்பாற்பட்டது. அங்கே மௌனத்தில் உணர்தல் இருக்கிறது. சமாதியிலும் ஒரு வகையான உணர்தல் இருக்கிறது. சமாதியில் உள்ள உணர்வு பதிவு செய்யப்பட்டதைப் போன்றது. சமாதியில் இருக்கும் போது நீ அதை உணரமாட்டாய். ஆனால், நீ கீழே இறங்கியவுடன், நீ மேலே சென்றிருந்தாய் என்று உனக்குத் தெரியும். நீ காலையில் எழுந்தவுடன் நன்றாகத் தூங்கியதாகக் கூறுகிறாய். அது எப்படி உனக்குத் தெரிந்தது? நீ ஆழ்ந்து தூங்கும் பொழுது, உனக்கு எதுவும் தெரியாது. 'நீ' என்ற உணர்வு இல்லை. ஆனால், நீ நன்றாகத் தூங்கினாய் என்று உன்னால் கூற முடிகிறது. அது போல், சமாதியிலும் ஒரு வித விநோதமான உணர்வு உள்ளது. ஆனால், 'முழுமையான உணர்வு' என்னவென்றால், இந்த எல்லா விதமான உணர்வு நிலைகளையும் சுய நினைவுடன் உணர்வது ஆகும்.

சீடன்: முழுமையான உணர்வு நிலையில் சமாதி சாத்தியமா? அந்த நிலையிலிருந்து நாம் தொடர்ந்து செயல்பட முடியுமா?

குரு: இல்லை! நீ எப்பொழுதும் உண்மையை உணர்ந்துகொண்டு இருக்க முடியுமென்றால், அப்பொழுதுதான் நீ எங்கும் நிறைந்திருக்கவும் முடியும். அது மொட்டை மாடியில் குளிர் காற்றை அனுபவிப்பது போன்றது. நீ மொட்டை மாடியிலேயே தூங்கலாம். ஆனால், காலையில் நீயாகவே கீழே இறங்கி வந்து விடுவாய் அல்லவா? சமாதியும் அது போன்றதே! அங்கே செல்பவன், திரும்பி வரவேண்டும். அங்கே அவன் எதை அனுபவிக்கிறான்? அவன் 'மேலே' சென்றதைக் கீழே வந்த பிறகுதான் உணர்வான். ஏனென்றால், 'மேலே' சமாதியில் இருக்கும் பொழுது எந்தச் சுயநினைவும் இருக்காது. அவன் எதையும் அறிவதில்லை. அவன் சமாதியை விட்டுக் கீழே இறங்கிய பிறகு தான் 'மேலே' சென்றிருந்ததை உணர்ந்துகொள்வான்.

முதலில் நீ 'மேலே' செல்ல வேண்டும். நீ மலையுச்சியிலிருந்து கீழிருக்கும் நகரத்தைக் காணலாம். அங்கிருந்து அந்த நகரத்தின் எல்லைகளும், அதன் பரப்பளவும், அதன் சில அடையாளங்களும் தெளிவாகப் புலப்பட்டாலும், நுட்பமான விவரங்கள் துல்லியமாகத் தெரியா. அவற்றை அறிவதற்கு நீ கீழே வரவேண்டும். நீ தொடர்ந்து தியானம் செய்யும் போது 'மேலே' செல்லாமல் இருக்க முடியாது;. மேலே சென்று அங்கிருந்து பார். அங்கிருந்து நீ காணும்

காட்சி வித்தியாசமாக இருக்கும். எது செய்யவேண்டும், எது செய்யக்கூடாது என்பது அப்போது உனக்குத் தெளிவாகப் புரியும். அதனால் 'மேலே' சென்று பார்; பிறகு, 'கீழே' வந்து செயல்படு.

சீடன்: அப்படியானால் சமாதி நிலையிலிருந்து நான் 'கீழே' சுய நினைவு நிலைக்கு வரவேண்டுமல்லவா?

குரு: இல்லை!....எதற்காக?...நீ இன்னும் 'மேலே' செல். நீ தியானப் பயிற்சி செய்யும் பொழுது சமாதிக்குச் சென்று, பிறகு 'கீழே' வருகிறாய். பயின்று பரிபக்குவம் அடைந்த பிறகு அங்கிருந்து இன்னும் மேலே செல்.

சீடன் : மேலே செல்வது என்றால் என்ன?

குரு: "நினைப்பில் நெருடல் இன்றி இருப்பதே நிர்விகல்ப சமாதியைவிடச் சிறந்தது. எனவே, சத்குரு என்பவன் சமாதியைப் போதிக்க மாட்டான்".

சமாதியைக்கூட கொடுக்க முடியும். ஆனால், இந்த 'முழுமையான உணர்வு' நிலையைக் கொடுக்க முடியாது. அதை நீ சம்பாதித்துக்கொள்ள வேண்டும். சம்பாதிப்பதுதான் சிறந்தது. அப்பொழுதுதான் நீ உன் உணவை சௌகரியமாக உட்கொள்ள முடியும். உன் உணவை நீ சம்பாதித்துக்கொள்.

சீடன் : இந்த 'முழுமையான உணர்தல்' தான் ஒவ்வொரு சிருஷ்டியிலும் நம்மை உணர்ந்துகொள்ளும் நிலையா?

குரு: அதுதான் எங்கும் நிறைந்திருக்கும் நிலை ஆகும். இந்த நிலையைக் கூட உனக்கு ஒரு சிறிது காண்பித்துக் கொடுக்கலாம். நீ ஒரு பெரிய அளவுக்கு யாவற்றிலும் ஊடுருவிப் பரவியிருக்கும் நிலையைக்கூட உனக்கு ஓர் அனுபவம் போலக் கொடுக்கப்படலாம். அப்போது நீ அந்த அனுபவத்தை மீண்டும் கேட்கலாம் அல்லது அந்த அனுபவத்தைப் பிடித்துக்கொண்டு இன்னும் மேலே செல்லலாம். ஆனால், நீ முழுமையான உணர்தல் நிலையை விடாமல் பிடித்துக்கொண்டு இருக்க வேண்டும் என்பது என் கூற்று. அப்பொழுதுதான் நீ எங்கும் நிறைந்திருக்கும் நிலையை அடையத் தகுதி பெற்றவனாகிறாய்.

சீடன் : தூக்கத்திலிருந்து எழும் போதே, எனக்கு உடல் வலி இருப்பதையும் நான் நன்றாகத் தூங்கவில்லை என்பதையும் உணர்கிறேன். அது எதனால்?

குரு: உனக்கு அவ்வாறு தோன்றலாம். நீ தூங்கியிருக்கிறாய் என்பது உனக்குள் பதிவாக்கப்படுவது விஞ்ஞானமும் ஒப்புக்கொள்ளும் உண்மையே. மனிதன் ஒரு வேலையை மேற்பார்வை செய்து, தன் நாட்குறிப்பேட்டில் குறித்துக்கொள்வது போல், உன் தூக்கமும் விநோதமான முறையில் குறித்துக்கொள்ளப்படுகிறது. அதனால் நீ காலையில் எழுந்தவுடன் நன்றாகத் தூங்கினாயா, தூங்கவில்லையா என்பதை உன்னால் உணரமுடிகிறது. இங்கே தூக்கம் என்று நான் குறிப்பிடுவது ஆழ்ந்த தூக்கத்தை மட்டுமே.

சீடன்: தூக்கம் பதிவு செய்யப்படுவதாகக் கூறினீர்கள். அது மூளையில் பதிவு செய்யப்படுகிறதா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! மூளையில்தான் பதிவு செய்யப்படுகிறது. மூளையின் 'செல்கள்' முன்னைவிட அதிகமாகச் செயல்படும் போது அதை நீ உணர்வாய்.

சீடன்: உடலுக்குத் தூக்கம் அவசியமா?

குரு: அது இப்பொழுது உனக்கு அவசியமானதே. உனக்கு உண்ணவோ, பருகவோ அல்லது தூங்கவோ அவசியமில்லை என்று ஒரு தருணத்தை எட்டுவாய். இப்பொழுது உனக்கு இவையெல்லாம் அவசியமாகிறது.

* * * * * * * *

15. இசை, பாட்டு, கவிதை, நடனம்

இறைவனிடமிருந்து மொழி பிறக்கிறது. மனித ஆத்மாவிடமிருந்து இசை பிறக்கிறது.

பாட்டு, விடுதலை தரும். ஆனால், அது பாடுவதைப் பொறுத்து இருக்கிறது. ஆத்மாவிலிருந்து பாட வேண்டும். ஆத்மாவே கடல்; பாட்டே அதன் எழுச்சி; கிரந்தங்கள் குழப்பும் இடத்தில் பாட்டு தெளிவுபடுத்தும்.

கவித்துவத்தைச் சம்பாதிக்கமுடியாது. அது கொடுக்கப்படுகிறது. கவிஞர்கள் முதலில் இதை அறிய வேண்டும், ஆனால், அநேக கவிஞர்கள் இதை அறிவதில்லை.

நடனம் உடலின்பாற்பட்டது அல்ல. நடனம் உடலின் முழுமையை வெளிப்படுத்துகிறது. குறைவில்லாத கலைஞனான இறைவனின் முழுமையை (குறை இல்லாத தன்மையை) நீ நடனத்தால் உணரலாம்.

* * * * * * * *

சீடன்: மொழி தெரியாத பொழுது, சொல்லப்படுவதைப் புரிந்துகொள்வதற்கு ஏதாவது வழி உள்ளதா?

குரு : தொடர்பு வைத்துக்கொள்ள ஒரு குறிப்பிட்ட இடம் உள்ளது. அங்கே எல்லா எண்ணங்களும் ஒரு குறிப்பிட்ட அலைவரிசைக்குக் கொண்டு வரப்படுகின்றன. அது எண்ணங்கள் இல்லாத நிலையோ அல்லது மனமே இல்லாத நிலையோ அல்ல. நீ அந்த இடத்தை அடைந்தால் உனக்கு எண்ணங்கள் தோன்றும் நிலையிலே மொழிகளை அறிவாய். ஓர் எண்ணம் தோன்றும் பொழுதே அதை நீ அறிந்துகொள்வாய். அது வார்த்தையாகும் முன்பே நீ அதைப் புரிந்துகொள்வாய்.

சீடன்: ஒரு மொழியும், இசையும் எவ்வாறு பிறக்கின்றன என்று கூற முடியுமா?

குரு: இறைவனிடமிருந்து மொழி பிறக்கிறது. மனித ஆத்மாவிடமிருந்து இசை பிறக்கிறது. ஆத்மா இறைவனின் பிரதிநிதியாகும். இசை, ஆத்மாவுக்கும் இறைவனுக்குமிடையே இருக்கும் நெருக்கத்திற்குப் பாலமாக அமையும். இந்தப் பாலம், ஆத்மா கடந்து சென்று இறைவனுடன் வசிக்க, விருப்பத்துடன் கட்டிய பாலமாகும்.

சீடன்: எப்படிப் பாட வேண்டும்?

குரு: பாட்டுடன் நீ ஒன்றிப்போக வேண்டும். பாட்டு, விடுதலை தரும்; ஆனால், அது நீ எப்படிப் பாடுகிறாய் என்பதைப் பொறுத்தது. பாட்டைப்

பாவமின்றி பாடம் போல் ஒப்புவித்தால் உன் அடிமைத்தளை நீங்காது. பாடுவது உன்னை விடுவிக்கும். பாட்டு ஆத்மார்த்தமாக இருக்கவேண்டும்.

மேலெழுந்தவாரியாகப் பாடுவோர் ஒரு பாட்டின் இனிமையை அறிந்து கொள்ள முடியாது. அப்படிப் பாடுவது பாட்டல்ல, கூச்சல். ஆத்மார்த்தமாகப் பாடினால், ஆத்மாவின் இனிமையை உணர முடியும். அது உன்னுடைய தளைகளை அறுத்து உன்னை விடுவிக்கும். நீ பாடும் பொழுது, நீ எதையும் பற்றியிருக்காமல் எல்லாவற்றையும் விட்டுவிடவேண்டும். அப்பொழுதுதான் பாட்டு உனக்கு எல்லாவற்றையும் கொடுக்கும்.

சீடன் : ஆத்மார்த்தமாகப் பாடுவது எவ்வாறு?

குரு : 'உன் உள்' நீ இறங்கு, உருகு. பூக்களின் உருக்கத்தைத் தேன் என்று கூறுகிறார்கள். அப்படித்தான் நீயும் உருக வேண்டும். பூ உருகுவதால் அதற்கு மணம் உண்டாகிறது. தேனீக்கள் பூக்களில் மெதுவாக உட்கார்ந்து தேனை உறிஞ்சும். ஆனால், பூக்கள் காயப்படுவதிலலை அல்லவா? பாறையும் புல்லும் காயப்படும். ஆனால், பூக்கள் காயப்படுவதில்லை.

சீடன்: பாட்டை எப்படிப் புரிந்துகொள்வது?

குரு: நீ சரியான முறையில் தியானம் செய்து உன் மன அலைகளைச் சரியான படி வைத்துக்கொள்ள நீ கற்றுக்கொண்டால், அப்பொழுது நீ ஒரு பாட்டை நன்றாகப் பாடவோ, அல்லது கேட்கவோ முடியும். பாட்டைக் கேட்கும் போது கண்களை மூடிக்கொள்வதால் மட்டும் பாட்டின் பொருளை அறிந்து கொள்வதோ அல்லது அதனால் எழுச்சி கொள்வதோ சாத்தியமாகி விடாது. ஒருவர் ஆத்மார்த்தமாகப் பாடும் பொழுது, நீயும் மானசீகமாக அவருடன் பாட வேண்டும். அவர் பாட்டை உன் பாட்டாகக் கருத வேண்டும். எவ்வாறு மழை பொதுவானதோ, அது போல் பாட்டும் எல்லோருக்கும் பொதுவானதே. கவிஞர்கள் எதைப் பெற்றார்களோ, அது எல்லோருக்கும் பொதுவானது என்று நினைவுபடுத்துகிறார்கள். அவர்கள் பெறுவது எல்லோருக்காகவுமே. அவர்களுக்குக் கிடைத்ததை யார் வேண்டுமானாலும் நுகரலாம். பாட்டுக்கு எளிமையான சொற்களே போதும். சொற்கள் நேரிடையாக இருக்க வேண்டும். ராகமும் எளிமையாக இருக்கவேண்டும். ஆத்மார்த்த மாகப் பாடவேண்டும். அதுதான் பாட்டு, அத்தகைய பாட்டு உன் ஆத்மாவிலிருந்த வெளிப்பட்டு, இதயத்தின் வழியாக வெளிவரவேண்டும். பாட்டு என்பது இவ்வாறு பாடுவதே ஆகும்.

பாட்டுக்கு முன்பு ஒரு குறிப்பிட்ட மனச்சூழலும் (Mood) அந்த மனச்சூழலுக்கு முன்னர் எந்த மனச்சூழலுமே இல்லாத சலனமற்ற நிலையும் உள்ளன. மனச்சூழல் இல்லாத சலனமற்ற நிலையில் பாட்டு சௌகர்யமாகவும், அடங்கியதாகவும் இருக்கும். அந்தப் பாட்டு உருவெடுத்து வெளிவரும் போது மனச்சூழல் தவிர்க்க முடியாததாகிவிடுகிறது. மனச்சூழலே பாட்டின் மிகவும் முக்கியமான, அதே சமயத்தில் மிகுந்த சலனத்தையும் ஏற்படுத்தும் அங்கமாக விளங்குகிறது.

சீடன் : ஒரு பாட்டையோ, கவிதையையோ கேட்பது ஒருவர் மனச்சூழலை எவ்வாறு மாற்றுகிறது?

குரு : அது மிகவும் எளிமையானது. நீ ஒரு புத்தகத்தைப் படித்துக் கொண்டிருக்கிறாய்- உன் குழந்தை அழுகிறது. உடனே நீ புத்தகம் படிப்பதை நிறுத்திவிட்டு, உன் குழந்தையைக் கவனிக்கிறாய். குழந்தையின் அழுகுரல் உன் கவனத்தைத் திசை திருப்புகிறது அல்லவா? அது போல், பாட்டும் உன் கவனத்தைத் திசை திருப்பும்.

சீடன் : கவிதையைப் பெறும் அனுபவம் கவிஞனுக்குத் தருவது என்ன?

குரு : கவிதை அடக்கத்தைக் கொடுக்கும்- ஏனென்றால், கவிஞன் கவிதைக்காகக் காத்திருப்பான். அப்படிக் காத்திருந்து பெறும் கவிதையில் இனிமையில்லாத ஓசையோ, சொற்களோ, இயல்பில்லாத தாளமோ இருப்பதில்லை. மனநிலையும், பேச்சும் மென்மையாக ஆகிவிடும். கவிதை என்று குறிப்பிடும் பொழுது, நான் எல்லா விதமான கலைகளையும் சேர்த்தேதான் சொல்கிறேன். கவித்துவத்தை ஒருவன் சம்பாதித்துக்கொள்ள முடியாது. கவித்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது. ஆனால், கவிஞர்கள் முதலில் இதை அறிவதில்லை. உனக்கு ஒரு கவிதை எழுத வேண்டுமென்றால் முதலில் நீ அதை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்க வேண்டும். பிறகு, நீயே ஆச்சரியப்படும் அளவுக்கு மேன்மையான கவிதைகளை எழுதுவாய். ஆனால், முதலில் கவிதையைப் பெறுவதற்காகப் பொறுமையுடன் காத்திருக்க வேண்டும்.

சீடன் : நடனத்தைப்பற்றிக் கூறவும்.

குரு : நடனம் உடலின் பாற்பட்டதில்லை, நடனம் உடலின் முழுமையை வெளிப்படுத்துகிறது. குறைவில்லாத கலைஞனான இறைவனின் முழுமையை நீ நடனத்தால் உணரலாம். இறைவன் நடனத்தின் மூலம் தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்கிறான். அவனுடைய மௌனமான இசை இந்த உடலில் வெளிப்படுகிறது. சாத்ாரணமான இசை இல்லாத நடனமும் இருக்கிறது. அதுதான் முழுமையான நடனம் ஆகும். இசையா அல்லது நடனமா, எது முதலில் தோன்றியது என்று கண்டுகொள்வது மிகக் கடினமானது. ஏனென்றால், இவற்றுள் முதல் என்று எதுவும் இல்லை. கர்ப்பத்திலிருக்கும் கருவுக்கு விரல்கள் ஒவ்வொன்றாக முளைப்பதில்லை. அதுபோல், இசையும் நடனமும் ஒவ்வொன்றாகத் தோன்றவில்லை; சேர்ந்தே தோன்றின. நீ அசையாமலிருக்கலாம்; ஆனாலும், நடனம் ஆடிக் கொண்டிருக்கலாம்.

சீடன் : சிலர் இசையின் மூலம் தவறான கருத்துகளைப் பரப்புகிறார்கள். அதன் விளைவு எப்படியிருக்கும்?

குரு : தவறான கருத்துகளைப் பரப்புவதால் அவர்கள் கர்மவினையைச் சேர்த்துக்கொள்கிறார்கள். கெடுதல் செய்பவன் நன்மை பெற முடியாது.

* * * * * * * *

16. மனம்

மனிதன் அவனுடைய மனத்திற்கு இரையாகிறான். மனம் மர்மமான நுணுக்கங்களைக் கொண்டது. நம்முடைய மனத்தை ஒழுங்காக வைத்துக் கொள்ளவில்லை என்றால், நாம் தவறுகள் செய்வோம். எதைக் கொடுக்கிறாயோ, அதை வைத்துத்தான் மனம் விளையாடுகிறது. அதனால் நம்முடைய மனத்தில் இருக்கும் கணக்கற்ற எண்ணங்களுடன் நாம் போராடிக்கொண்டிருந்தாலும், நாமும் நம் மனமும் வெவ்வேறாகும். மனம் அதனுடைய திறமைகளிலிருந்து வேறுபட்டுள்ளது என்று புரிந்துகொண்டால் தான் அதன் திறமைகளை நாம் இனம் கண்டு, பயன்படுத்தமுடியும். எண்ணங்களைப் பொருட்படுத்தாதே. ஆனால், உன்னுடைய மனத்தை கவனித்துக்கொள்.

* * * * * * * *

சீடன் : இந்த மனம், அதன் இயல்பான தன்மை, அதன் உள்ளடக்கம், அதன் இயக்கம், அதன் வரம்பு ஆகியவைபற்றி கூறுங்கள்.

குரு : மனத்துக்கு வரம்பு எதுவும் கிடையாது. ஆனால், அது உன்னை ஓர் அசௌகரியமான நிலையில் வைக்கிறது. அதை ஒரு திறன் என்றுகூடக் கூறலாம். உன்னை ஆன்மிகத்தில் ஓர் அசௌகரியமான நிலையில் வைக்கக் கூடிய திறன் அதனிடம் உள்ளது.

சீடன் : மனம் என்பது ஒரு விஷயமா அல்லது நிறைய விஷயங்கள் ஒன்று சேர்ந்து இருக்கும் கூட்டா?

குரு : மனம் என்பது நிறைய எண்ணங்கள் ஒன்று சேர்ந்திருக்கும் கூட்டே! அது ஒரு சிதார் (Sitar) வாத்தியத்தைப் போன்றது. ஒரு சிதார் தானே வாசித்துக் கொள்கிறது என்று கற்பனை செய்துகொள். அதிலுள்ள எல்லாக் கம்பிகளையும் ஒரே சமயத்தில் மீட்டினால் வரும் சப்தத்தை சங்கீதம் என்று கூற முடியுமா? முடியாது. குழப்பந்தான் உண்டாகும். ஆனால், நீ உன்னுடைய சிதாரை ஒழுங்கான முறையில் வாசிக்கக் கற்றுக்கொண்டால், அதிலிருந்து எழும் நாதம் தெய்விகத்தன்மை உடையதாக இருக்கும். உன் செவிகளுக்கும், மனத்துக்கும், ஆத்மாவுக்கும் மிகவும் இனிமையானதாக இருக்கும். மனம் விசித்திரமான ஒன்று. அது ஒரு விஷயமல்ல. அதை வரையறுக்கவும் முடியாது. உன் மனம் எளிமையாக இருக்க வேண்டும். அப்படி இருந்தால், உன்னால் எல்லா விஷயங்களையும் இனிமையான முறையில் மிகப்பணிவுடன் அறிவிக்க முடியும். இது உன்னுடைய சக்திக்கு உட்பட்டதே. உன் மனத்தை

எளிமையாக வைத்துக்கொள். நீ மனிதர்களுடன் தனிப்பட்ட முறையில் ஈடுபாடு கொள்கிறாய். இதுதான் ஓர் அப்பியாசி செய்யும் மிகப்பெரிய தவறு. உன்னுடைய மகனோ, மனைவியோ, நண்பனோ, நாயோ, வீடோ எதுவாயினும் சரி, அதில் நீ தனிப்பட்ட முறையில் ஈடுபாடு கொள்ளாதே. அப்படி ஈடுபட்டால் அதில் சிக்கிக்கொண்டால் அது உனக்கு மிகக் கஷ்டமாகிவிடும். அப்பொழுது உன்னுடைய குரு உனக்கு அளித்த ஆன்மிக விஷயங்களை நீ இழந்துவிடுவாய்.

சீடன் : மனத்தின் விளையாட்டு ஏன் இப்படி வேதனை தருவதாக உள்ளது?

குரு : நீ உன் மனத்துக்கு எதைக் கொடுக்கிறாயோ, அதை வைத்துக் கொண்டு அதற்கேற்றாற்போல் அது விளையாடுகிறது. நாம் நம் மனத்தில் இருக்கும் கணக்கற்ற எண்ணங்களுடன் போராடிக்கொண்டிருந்தாலும், நாமும் நம் மனமும் வெவ்வேறே. உன் எண்ணங்களுடன் அல்லது மனத்துடன் போராடுவதாகக் கூறுகிறாயே, அதுதான் 'நீ.' மனத்துக்கு எதையும் கொடுக்காதே. அது சிறிது நேரம் குரைக்கட்டும். நீ உன் மனத்திற்கு எதையும் கொடுக்கவிட்டாலும் அது சிறிது நேரம் குரைக்கும். எப்படியாவது அதற்கு நீ இன்னும் கொடுக்க வேண்டும் என்று அது உன்னைத் தூண்ட முயலும்.

சீடன் : இது இன்னும் குழப்பமாக உள்ளது. நீங்கள் கூறியபடி பார்த்தால் இரண்டு 'நீ' இருப்பதாகத் தெரிகிறது. ஒன்று, எதிலேயும் ஈடுபடாத பவித்திரமான ஆத்மா. மற்றொன்று, நீங்கள் சற்றுமுன் கூறிய 'நீ'. அதையும் தவிர 'மனம்'. 'நான்' என்று எதைக் கொள்வது? 'நான்' என்பது எது? எது சாட்சியாக உள்ளது?

குரு : இது மிகவும் எளிமையானது. எண்ணங்கள் இருக்கின்றன. மனமும் எண்ணமும் வெவ்றேல்ல. மனம் என்பது இங்கும் அங்கும் தடையின்றி ஓடும் எண்ணங்களின் தொகுப்பே ஆகும். பிறகு, நாம் எண்ணங்களால் பாதிப்படைகிறோம். அல்லது நாம் இவ்வாறு எண்ணினோம் என்று கூறுகிறோம். இவற்றைக்கூட இனிமேல், எண்ணங்கள் என்றே வைத்துக்கொள்வோம். நீ தடுப்பு ஊசி அல்லது தடுப்பு மருந்துகளைப்பற்றி அறிந்திருப்பாய். மனமும் அதே போல்தான் உள்ளது. விஷத்தை முறிப்பதற்கு விஷத்தின் உதவியைக் கொண்டே சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. பாம்புகளிலிருந்து விஷத்தை எடுத்துப் பாம்புக்கடிக்குச் சிகிச்சை தரப்படுகிறது. மனத்துக்கும் அதே போல் தான் செய்ய வேண்டும். கணக்கற்ற எண்ணங்களிலிருந்து ஒரு குறிப்பிட்ட எண்ணத்தை மட்டும் தனியாக பிரித்துவை. அதுதான் 'நான்' என்ற உணர்வு ஆகும். "நான் பள்ளிக்குச் செல்கிறேன்!" "நான் இவ்வாறு எண்ணுகிறேன்! "நான் நினைக்க விரும்பவில்லை."! இந்த 'நான்' என்பதையும் ஓர் எண்ணம் என்றே கொண்டு, ஆனால், அதை உன்னிடம் தக்க வைத்துக் கொள். ஆனால், அந்த 'நான்' புனித ஆத்மாவோ அல்லது நீ கூறும் சாட்சியோ அல்ல. அந்த 'நான்' என்பதை மட்டும் நீ விடாமல் பிடித்துக் கொண்டிருந்தால், நதிபோல் ஓடும் பிற எண்ணங்கள் வற்றிவிடும். பிறகு, அந்த 'நான்' மட்டும் ஒரு நொடி நேரம் இருக்கும். பிறகு, அதுவும் மறைந்துவிடும். அப்பொழுது சாட்சி ஒன்றுதான் இருக்கும்.

சீடன் : நாம் 'சாட்சி'யாக ஆவதற்குக் 'கவனிப்புடன்' இருக்க வேண்டுமா?

குரு : எப்பொழுதும் அதிகம் பேசுவதைவிட அதிகம் கவனிப்பதே சிறந்ததாகும். நம்மிடம் இருப்பவை சிறு விஷயங்களைப்பற்றிய சிறு அபிப்பிராயங்கள்தான். அதனால் நாம் எவ்வளவு பேசினாலும், நாம் பேசியதைக் குறித்து எந்தத் திருப்தியும் நமக்கு ஏற்படுவதில்லை. நம் பேச்சைக் கேட்கும் மற்றவர்களுக்கும் அதில் அதிக ஈடுபாடும் இல்லை. இப்படிப் பயனில்லாமல் பேசுவதற்குப் பதிலாக விஷயங்களைக் கவனித்துக் கொண்டிருப்பதன் அழகை நாம் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். ஏதாக இருந்தாலும் கவனிக்கத் தொடங்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் இந்த வாழ்க்கை எவ்வுளவு இன்பமும், சுவாரஸ்யமுமானது என்பதை நீ அறிவாய். உன் உடல், மனம், உன்னைச் சுற்றி இருக்கும் வடிவங்கள், ரூபங்கள் யாவற்றையும் நீ கவனித்து வா. வானத்தையும் அதன் மௌனத்தையும், கடலையும் அதன் ஓயாத சங்கீதத்தையும், பூக்களையும் அவற்றின் வண்ணங்கள் மௌனத்தில் தெரிவிக்கும் சேதியையும் கவனி. எல்லாவற்றையும் கவனி. ஏனென்றால், மேலிருக்கும் ஞானிகள் உன்னை எப்பொழுதும் கவனித்தபடி இருக்கிறார்கள்.

அதனால் நாம் எல்லாவற்றையும் கவனிக்க வேண்டும். நான் இந்த ரகசியத்தைக் குறித்து ஒரு குறிப்புத் தருகிறேன். நீ யாவற்றையும் கவனித்துக் கொண்டிருந்தால்தான், உன்னால் ஒரு 'சாட்சி'யாக ஆக முடியும். நீ 'சாட்சி'யாக ஆகவில்லை என்றால் எண்ணங்கள் உனக்கு ஒரு பிரச்சினையாக இருக்கும். அவை நிற்கா. உன் எண்ணங்களுடனான உன் போராட்டம் நிற்கவில்லை என்றால் நீ முன்னேறி மேலே செல்வது எவ்வாறு? ஓர் அப்பியாசிக்கு அவனுடைய மூளை மிகத் தெளிவாக இருப்பது அவசியம்.

கடலில் ஓயாத அசைவு இருக்கிறது. நீ அலைகளைக் கவனித்திருப்பாய். அவற்றால்தான் படகுகள் கடலில் நகர்கின்றன. கடலின் அசைவு தாறுமாறானால் படகுகளும், கப்பல்களும் தூக்கி எறியப்படும்; சில மூழ்கியும் விடும். கடலுக்கு எது பொருந்துமோ அதுதான் மனத்துக்கும் பொருந்தும். அசைவு இருக்கட்டும்; ஆனால், அதில் ஓர் ஒழுங்கான முறை இருப்பதன் அவசியத்தை உறுதி செய்துகொள். கடல் எப்பொழுதும் சுவாசிக்க வேண்டும். ஆனால், சுவாசத்திற்காக அது திணறக்கூடாது. கடல் திணறினால் சிறு படகுகளுக்கும், கப்பல்களுக்கும் யாத்திரை முடிந்துவிடும்; கடலினுள்ளும் குழப்பம் ஏற்படும்; அதிலிருக்கும் ஜீவன்களுக்கும் பாதிப்பு உண்டாகும். அதிலுள்ள பல விதமான மீன்கள் குழப்பத்தால் இங்கும் அங்கும் ஓடும். அதனால் உன்னுடைய கடலை (மனத்தை) குறித்துக் கவனத்துடன் இரு. கடலின் முறைமையில் ஒழுங்கீனத்தைத் தோற்றுவிப்பது எது? நீ கவனித்து நேக்கினால் அதற்கு அடிப்படை காற்று என்பதை அறிவாய். உன்னுடைய மனத்தில் ஓயாத அசைவுகள் உள்ளன. பல விதமான ஆதாரமில்லாத எண்ணங்கள் உள்ளன. சிலவற்றை உன்னால் புரிந்து கொள்ள முடிகிறது; சில விசித்திரமாக உள்ளன; சிலவற்றைப் புரிந்துகொள்ள முடியவில்லை. ஆனாலும் அவற்றின் போக்கில் ஒரு முறைமை உள்ளது. அவற்றைக் கட்டுப்படுத்தவும் முடியும். எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்துவது எது என்பதற்கு விடை, 'காற்று அல்லது சுவாசம்' என்பதே!

சீடன் : ஒருவன் தன்னுடைய செயல்களைக் குறித்துக் கவனிக்க வேண்டுமென்று கூறப்பட்டுள்ளது. அதே சமயம், அவற்றில் லயித்துப் போகவும் கூடாது. ஒருவன் அவன் செயலை உணர்வுடன் செயல்பட்டு, அதே சமயத்தில் அதை ஒழுங்காகவும் செய்ய முடியுமா?

குரு : முடியும்! முடியும்!

சீடன் : அப்படி இருப்பது எப்படி?

குரு : நீ ஒரு 'சாட்சி'யாக இருந்து கவனிக்கத்தொடங்கு. அப்பொழுது அதை எவ்வாறு செய்ய வேண்டும் என்று அறிவாய். உன்னிடமிருக்கும் எல்லாவற்றையும் ஒவ்வொன்றாக, சிரமமின்றி, சந்தோஷத்துடன் கழற்றிவிட வேண்டும்.

சீடன் : சாட்சியாக இருப்பது எப்படி?

குரு : எவ்வாறு சாட்சியாக இருப்பது? நீ உன்னுடைய தீய எண்ணங்களுக்கு மட்டுமன்றி உன்னுடைய நல்லெண்ணங்களுக்கும் சாட்சியாக இருக்க வேண்டும். நல்லெண்ணங்கள் உனக்கு ஆறுதல் அளிப்பவை; தீய எண்ணங்கள் உனக்குத் துன்பம் அளிப்பவை; நீ தேவையில்லாமல் தீய எண்ணங்களால் பாதிக்கப்பட்டுத் துன்பப்படாதே. அதே போல், நல்லெண்ணங்களால் தேவையில்லாமல் ஆறுதலும் பெறாதே. சும்மா இரு. அதாவது, இவை இரண்டினாலும் எவ்விதமான பாதிப்பும் கொள்ளாமல் இரு. இந்த நிலையை பயிற்சி ஒன்றால் மட்டுமே அடைய முடியும். பயிற்சி ! பயிற்சி ஒன்றுதான்! எதையுமே தேவை என்று எண்ணாதே! அதே போல், எதையும் தேவையற்றது என்றும் நினைத்துவிடாதே. ஓர் அனுபவத்தை நேருக்கு நேர் சந்திக்கும் பொழுது நீ சாட்சியாக இருப்பது மிகவும் அவசியம்.

சீடன் : மனத்தைக் கவனிக்கும் பொழுது, சாட்சியாக நான் இருக்கும் பொழுது அந்தக் குறிப்பிட்ட காரியத்தை ஏதோ ஒன்று செய்கிறதே, அது என்ன? அதுதான் இன்னொரு மனமா அல்லது எண்ணமா?

குரு : உன் உடைமைகளுடன் நீ உன்னை அதிகமாகச் சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்கிறாய். ஒருவனுடைய உடைமை திருடப்பட்டுவிட்டால் அவன் அதற்காக எவ்வளவு ஆர்ப்பாட்டம் செய்கிறான் ! தன்னையே திருடிவிட்டது போல் அவன் வேதனையும், தவிப்பும் அடைகிறான். இது ஒரு வகையாகும். இன்னொரு வகையும் உள்ளது.

நீ உன்னுடைய உடைமைகளை மேற்பார்வையிட வேண்டுமென்றால், நீ ஒரு சௌகரியமான மேடையின் மேல் அமர்ந்திருந்தால்தான் உன்னால் அதைக் கவனிக்க முடியும். அதே போல், பார்வையாளர்கள் மத்தியில் அமர்ந்து கொண்டு அவர்களைக் கவனிக்க முடியாது. நீ மேடையின் மேல் அல்லது மேடையில் ஒரு புறம் இருந்தால்தான் பார்வையாளர்கள்மீது கவனத்தைச் செலுத்த முடியும். வயல்மீது பார்வை செலுத்துவதற்கு உகந்த

வழி, ஓர் உயரமான மேடையின்மீது நிற்பதாகும். நீ கவனிக்க வேண்டும் என்றால் நீயும் மேலே செல்ல வேண்டும். அப்பொழுது, உன் மனம் இருப்பது எங்கே, நீ இருப்பது எங்கே என்று அறிவாய். நீ உன் 'உள்' மேலே செல்வதால் நீ இறப்பதில்லை. உன்னுடைய மனத்தைக் கீழே வைத்திருந்தாலும் நீ சிறிதளவு உணர்வுடன் இருக்கிறாய் என்று நீ அறிவாய். நீ இதை இவ்வாறு பயிற்சி செய்து நம்பிக்கையுடன் விடாமல் முயன்றால் நீ உன் மனத்தை மட்டுமல்லாமல் எல்லாவற்றையுமே கவனிக்கும் நிலையை அடைவாய்.

உன்னுடைய 'பிராண சக்தி' 'மேலே' இருக்கும் போது நீயும் 'மேலே' இருப்பாய். உன்னுடைய மனம் கீழே இருக்கிறது. அவ்வளவே! உன்னுடைய பிராணசக்தி 'கீழே' இருந்தால், நீயும் கீழே இருப்பாய். உன்னுடைய மனம் மேலே சென்று உன்மீது ஆதிக்கம் செலுத்துகிறது. 'மேலே' இரு.

சீடன் : மனம் எவ்வாறு அதிகாரம் செலுத்துகிறது?

குரு : மனம் 'மேலே' சென்றால் பிராணசக்தி கீழே இறங்கிவிடும். அப்பொழுது மனம் மேலோங்கி இருப்பதால் அதிகாரத்தைச் செலுத்தும். அதை எவ்வாறு வெல்வது? உன்னுடைய பிராணசக்தியை 'மேலே' வைத்துக் கொண்டு, அதே சமயத்தில் உன்னுடைய வேலைகளையும் செய்து வரவேண்டும்.

தவம் என்றால் என்ன? தவம் என்பது 'சேமிப்பு' ஆகும். வேறு எதுவுமில்லை. உன்னுடைய தவத்தை நீ ஒரு காட்டிற்குள் செய்தால் எந்த விதமான பிரச்சினையும் இருப்பதில்லை. ஆனால், நீ உன் உறுதியைச் சோதிப்பதற்கு நகரத்திற்கு வரவேண்டும். முதல் அனுபவத்தில் நீ கலங்கிவிடுகிறாய். ஏனென்றால், உன்னுடைய பிராணசக்தி கீழே இறங்கிவிடுகிறது. பிராணசக்தி ஏன் கீழே வருகிறது? ஏனென்றால், அந்த மனிதன் நகர வாழ்க்கைக்குப் பழக்கமில்லாமிலிருப்பதால் பிராணசக்தி கீழே இறங்குகிறது. அது அவனுக்கு எங்கேயோ தொந்தரவு அளிக்கிறது. சாதாரணமாக என்ன நேரும்? அவன் முதிர்ச்சி அடைந்தவனாக இருந்திருந்தால், அவன் தன்னை அடக்கிக்கொண்டு பிராணனை 'மேலே' செலுத்தியிருப்பான். ஆனால், அவன் பாதிப்படைந்து கலங்கி இருக்கிறான். அப்பொழுது கதவினருகே காத்துக்கொண்டிருப்பவை எல்லாம் அவனை விழுங்கிவிடும். இது இவ்வாறு இருக்கிறது.

"வா! சிறிது கீழே இறங்கி வா! இங்கே மிக சௌகரியமாகவும், சுகமாகவும் இருக்கிறது; நீ ஏன் அங்கே ஒரு முட்டாளைப் போல் நின்று கொண்டிருக்கிறாய்? சொர்க்கம் இங்கேதான் உள்ளது..." என்றுதான் கிணற்றுக்குள்ளிருக்கும் பூதம் கூறும். அதை நம்பி ஏமாந்து இந்த முட்டாள், விரித்த கண்களுடன் கீழே குதிப்பான். அவனுடைய எலும்புகள் முறிந்த பொழுது அங்கே சிரிப்பும் ஆர்ப்பாட்டமும் நேரும்.

எந்தச் சூழ்நிலையிலும் நீ உன்னுடைய பிராண சக்தியை 'மேலே'யே வைத்துக்கொண்டிருந்தால், உனக்கு எந்த விதத்திலும் பாதிப்பு ஏற்படாது.

அதனால்தான் தொடர்ந்து தியானப் பயிற்சி செய்ய வேண்டிய அவசியம் உணர்த்தப்படுகிறது. தொடர்ந்து தியானப் பயிற்சி செய்யாவிட்டால், பிராண சக்தியை 'மேலே' நிறுத்த முடியாது. பிராண சக்தியை 'மேலே' நிறுத்துவது ஒரு பலூனை 'மேலே' நிறுத்துவது போன்றது அல்ல; நட்சத்திரங்களை மேலே நிறுத்தி வைப்பது போன்றது.

சீடன் : சில சமயங்களில் நம்முடைய பிராண சக்தி கீழே இறங்கிவிட்டது என்று உணர்கிறோம். ஆனால், நாம் எந்த விஷயங்களிலும் சிக்கிக் கொள்வதில்லையே! ஏன்?

குரு : நீ 'கீழே' இறங்கிவிட்டாய் என்றால், நீ சாட்சியாக இருந்துகொண்டு கவனிக்கும் நிலையை இழக்கிறாய். இருந்த போதிலும், எப்பொழுதும் 'மேலே'யே இருக்க வேண்டும் என்ற உன் விடா முயற்சியின் காரணமாக உன் வெளிமனமும் பக்குவம் அடைந்துவிட்டது. அதனால் நீ பாதிப்படையாமல் இருக்கிறாய்.

சீடன் : இம்மாதிரி சாட்சியாக இருப்பதும், எதிலும் ஈடுபடாமல் கவனித்துக்கொண்டிருப்பதும் நம்மை எங்கு அழைத்து செல்லும் என்று அறிய விரும்புகிறேன்.

குரு : பள்ளியில் நீ ஒரு மாணவனோ அல்லது மாணவியோ. உன்னுடைய அக்கம் பக்கத்தில் இருப்பவர்களுக்கு நீ ஒரு தோழனோ அல்லது தோழியோ. உன்னுடைய பெற்றோருக்கு நீ ஒரு மகனோ அல்லது மகளோ. உன்னுடைய குழந்தைகளுக்கு நீ ஒரு தாய். ஜகன் மாதாவிற்கு நீ ஒரு குழந்தை. அதே போல், ஆரம்பத்தில் நீ எதைச் 'சாட்சி' என்று கூறினாயோ, அது உன் மனமாகவே இருக்கக்கூடும். ஆத்மாதான் உண்மையில் சாட்சியாக இருக்கிறது. அதை நீ உணர வேண்டும்.

சீடன்: வெளி மனம் என்றும், உள் மனம் என்றும் உள்ளனவே; நாம் உள்ளே வசிக்கத்தொடங்கினால் நம் வெளி மனத்துக்கு என்ன நேரும்?

குரு : வெளி மனம் என்பது நீ வகுப்பறையில் கற்பவை என்றால், உன் உள்மனம் நீ உன்னுடைய வீட்டுப் பாடத்தைச் செய்கின்ற இடம். ஆனால், தேர்வு எழுதுவதற்கு வேறு இடம் உள்ளது. உன்னுடைய தேர்வுத்தாளைத் திருத்துவதற்குக் குழுவும் உள்ளது. அது போல், உள்ளும் வெளியும் மாறி மாறி நேரும்.

சீடன் : அப்படியானால் வெளிமனம் அழிவதில்லை அல்லவா? அது எப்பொழுதுமே இருக்கும் அல்லவா?

குரு : இந்த வெளிமனம் உள் அடங்கி ஒன்றிவிடும். ஒரு மாளிகையைக் கட்டுவதற்காகப் பூமியை அழிப்பதில்லை.

சீடன்: வெளி மனந்தான் நம்மைச் செயல்பட வைக்கிறதா?

குரு: முற்காலத்தில் அரசர்கள் கட்டிச் சென்ற பழைய கோவில்களைக் கண்டிருப்பாய். அவை பிரம்மாண்டமாக ஓங்கி உயர்ந்திருக்கும். மிகப்பெரிய சுவர்கள், கோபுரங்கள், பிரகாரங்கள், வெவ்வேறு தெய்வங்களுக்குத் தனிப்பட்ட சன்னதிகள், அந்தக் கோவிலின் மூலாதார மூர்த்திக்குத் தனிப்பட்டதாகச் சன்னிதி, அதற்குப் பிரகாரம்– இப்படி அடுக்கடுக்காக அமைந்திருக்கும். நீ அங்கே செல்கிறாய். இந்தக் கட்டட அமைப்புகளுக்குள் இறுதி நிலையாக உள்ளடங்கியிருப்பது மூலவரின் கர்ப்பக்கிரகந்தான். பக்தன் இதை அறிவான். கர்ப்பக்கிரகத்திற்குள் இருக்கும் மூர்த்தியைத் தரிசிப்பதுதான் அவனது நோக்கம். உயர்ந்த சுவர்களும், பிரகாரங்களும் பக்தன் உள்ளே வருவதற்குத் தடையாக இருக்க் வேண்டும் என்ற நோக்கத்தில் கட்டப்பட்டவை அல்ல. அவன் ஒவ்வோர் அடியாக உள்ளே நுழையட்டும். அவன் வெளியிலிருக்கும் எல்லாவற்றையும் கண்டு மகிழட்டும். கோபுரம் மேலே கூர்மையாகச் செல்லும் பொழுது, ஓர் உயரத்தை அடைகிறது. அதில் ஓர் ஒழுக்கம் உள்ளது. அவன் ஒவ்வொன்றாகப் பார்த்து, அடுத்தடுத்த பிரகாரங்களைக் கடந்து கர்ப்பக்கிரகத்தை அடையும் போது அவனுக்கு நிறைவும் முழுமையும் கிடைக்கும்.

வெளி மனத்தை உள்ளே செலுத்த வேண்டும் என்பதுதான் நோக்கம். வெளி மனத்துக்கு என்றும் உள் மனத்துக்கு என்றும் தனித்தனியாக எதுவும் கொடுக்கப்படுவதில்லை. உள்ளே இருக்கும் ஆத்மாவுக்கு எதுவும் கொடுக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. ஏனென்றால், அது எப்பொழுதும் பவித்ரமாகவும், இன்பமாகவும் உள்ளது. வெளி மனத்துக்கு நுட்பமான விஷயங்களைக் கொடுத்துவிட்டு, அது ஒழுங்காக நடக்க வேண்டுமென்று நீ எதிர்பார்க்க முடியாது. அதனால், இந்த வெளிமனத்தை உள்ளே செல்ல உந்த வேண்டும். நிறைவும், முழுமையும், உள்ளே கர்ப்பக்கிரகத்தில்தான்!

சீடன்: மனத்தில் எந்த விதமான எண்ணங்கள் இல்லாமல் இருக்கும் பொழுது, இந்த ஆத்மாதான் எல்லாவற்றையும் கவனித்துக்கொண்டு இயக்கி வைக்கிறதா? அப்படியானால் அது எவ்வாறு சாத்தியம்?

குரு: ஆத்மாவைப்பற்றிய உணர்வு உனக்கு இல்லையென்றால் ஆத்மாவிற்கும் மனத்தைப்பற்றிய உணர்வு இருப்பதில்லை. அந்த இடத்திலிருந்து நீ சாட்சியாகப் பார்த்தால் மனமும் பவித்ரமாக இருக்கும்.

சீடன்: மற்றவரின் மனத்தை அறிவது அவசியமா?

குரு: அது அவசியமா இல்லையா என்று நான் அறியவில்லை. ஆனால், உன்னுடைய மனத்தைப்பற்றி நீ அறியாத வரையில் மற்றவனின் மனத்தைப் பற்றி நீ அறியமாட்டாய். ஓர் அளவுக்காவது உன்னுடைய மனத்தை நீ அறிந்து இருந்தாயானால் இந்தக் கேள்வி இருக்காது. மற்றவன் மனத்தை அறிய

வேண்டுமா அல்லது வேண்டாமா என்பதைப்பற்றிய விவாதம் உன் மனத்தில் இருக்காது. ஏனென்றால், மற்றவன் மனத்தை அறிவது மிகக் கடினமான ஒன்றாகும். ஆனால், நீ மனத்தை அறிந்து அதை ஓர் அளவுக்கு அடக்கி விட்டாயானால் அப்பொழுது மற்றவன் மனத்தில் உள்ள நோக்கங்களை சுலபமாக அறிய முடியும்.

சீடன்: மனத்தைப் பொறுத்த வரையில் அங்கே கர்மாவுக்கு இடம் உள்ளதா?

குரு: இல்லை! சுருக்கமாகச் சொன்னால் கர்மாவினால் உண்டாக்கப்பட்ட வாசனைகள் அங்கே உள்ளன.

சீடன்: அப்பொழுது அவற்றை எவ்வாறு சமாளிப்பது?

குரு: நீ நற்செயல்களைச் செய்தாயானால் நல்ல வாசனைகளை வரவேற்கிறாய். அப்பொழுது அந்த நல்லவை தீயவற்றோடு போரிடும். அப்பொழுது நீ மௌனமாக, சாட்சியாக இருக்க வேண்டும். இது வேண்டும், அது வேண்டும் என்றெல்லாம் பிரார்த்தனை செய்யாதே; வெறும் சாட்சியாக மட்டும் இரு.

சீடன்: மனம் எண்ணங்களைத் தவிர வேறு எதுவும் இல்லை அல்லவா?

குரு: ஓர் எண்ணம் இருக்கும் பொழுதுதான் மனம் இருப்பதை அறிகிறோம். எண்ணம் இருக்கும் பொழுதுதான் மனத்தைக் கவனிக்கிறோம்.

சீடன்: சந்தேகம் எப்படி எழுகிறது?

குரு: சந்தேகம் மனத்திலிருந்து எழுகிறது. உண்மையை நாடுபவனுக்குத் தான் சந்தேகம் எழும். நீ உண்மையை நாடினால் சந்தேகம் வருவது இயற்கையானது. அதனால் என்ன? சந்தேகம் வருவதைப் பொறுத்தவரையில் எந்த விதமான தவறும் இல்லை. அதன் நோக்கம்தான் உயர்ந்ததாக இருக்க வேண்டும்.

சீடன்: மனந்தான் எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்துகிறதா அல்லது எண்ணங்கள்தான் மனத்தைக் கட்டுப்படுத்துகின்றனவா?

குரு: மனம் என்பது எண்ணங்களைத் தவிர வேறு ஏதும் தனிப்பட்டதாக இல்லை. எண்ணங்களைத் தவிர தனிப்பட்டதாக எந்த விதமான வடிவமோ, உருவமோ, ஜீவிதமோ இல்லை.

நீ உன்னுடைய எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்தினால் உன்னுடைய மனத்தைக் கட்டுப்படுத்தியாக அர்த்தமில்லை. ஏனென்றால், மனம் என்று ஒன்றில்லை. நீ உன் எண்ணங்களைக் கட்டுப்படுத்திவிட்டால் நீ மனத்தின் உற்பத்தி ஸ்தலத்திற்குச் சென்றிருக்கிறாய் என்று பொருள்.

சீடன்: சில சமயங்களில் மனம் வடிவங்களைக் கற்பனை செய்து கொள்கிறது.

குரு: பொதுவாக, எந்த விதமான கற்பனையும் செய்துகொள்வது உகந்ததல்ல. நீ உன் மனத்திடம் இவ்வாறு கூறு. "மனமே, எந்த விதமான கற்பனையும் செய்யாதே. நான் நிஜத்தில் வசிக்க விரும்புகிறேன்". அப்பொழுதுதான் நிஜம் உனக்குத் தெரியும்.

சீடன்: உருவமற்ற கற்பனைகள் இருக்க முடியுமா?

குரு: ஆம்! உருவமற்ற நிஜங்களும் உள்ளன. 'நிஜம்' உருவமோ, வடிவமோ எடுக்க வேண்டிய அவசியமில்லை.

சீடன்: மனம், கற்பனையில் ஈடுபடாமல் பார்த்துக்கொள்வது எவ்வாறு?

குரு: நீ உன் மனத்திடம் எந்த விதமான கற்பனையும் செய்ய வேண்டாமென்று கூறு. நீ உன் மனத்துக்குப் புரியும்படி கூறவில்லை என்றால், உன்னால் கற்பனைக்கும், நிஜத்துக்கும் உள்ள வேறுபாட்டைக் கண்டுகொள்ள முடியாது. உன் மனத்திடம் எப்படிக் கண்டிப்பாகக் கூறுவாய்? நீ மனத்தைக்காட்டிலும் உயரமான இடத்தில் நிலை கொண்டால்தான் இது சாத்தியமாகும். ஒரு சபையில் அரசனின் ஆசனம் சிறிது உயரத்திலிருக்கும். நீ அங்கே சென்று அமர்ந்துகொள். நீ உன் பிராண சக்தியை 'மேலே' அதன் இருப்பிடத்திற்கு எடுத்துச் சென்று உறுதியாக உன் மனத்திற்கு இவ்வாறு கூறு: "எந்த விதமான கற்பனையும் செய்யாதே. வடிவமுள்ள அல்லது வடிவமற்ற தோற்றங்களை உருவாக்காதே!" பிறகு, மனம் உன்னுடைய மந்திரியாகிவிடும்.

சீடன்: மூளை, மனம், எண்ணம் ஆகியவற்றுக்கிடையிலான தொடர்பைப் பற்றிச் சொல்கிறீர்களா?

குரு: முதலில் இதை அறிந்துகொள். மூளை நின்றுவிட்டால் எண்ணங்களும் நின்றுவிடும். ஆனால், எண்ணங்கள் நின்று விட்டால் மூளை நின்று விடுவதில்லை. நீ தொடர்ந்து வாழ்ந்துகொண்டிருப்பாய். மூளை நின்று விட்டால் உடலில் உயிர் இருப்பதில்லை. ஆனால், எண்ணங்கள் நின்றுவிட்ட போதிலும் உடலில் உயிர் இருக்கிறது. இதைப்பற்றி இன்னும் சற்று விரிவாகப் பார்ப்போம். எல்லா எண்ணங்களும் நின்றுவிட்ட பொழுது உடலில் ஜீவிதம் மட்டும் இருப்பதில்லை. அங்கே மனம் அதாவது நிஜமான மனம் வெளி வருகிறது. சாதாரணமாக, எண்ணங்களும் மூளையும் சேர்ந்தே இருக்கின்றன. மூளையின் உணர்வுகளை எண்ணங்கள் மூலம் அறியலாம். ஓர் எண்ணத்திற்கு எதிரொலி போல் இன்னோர் எண்ணம் தோன்றுகிறது. அது திரும்பவும் மூளையில் சென்று மோதுகிறது. அப்பொழுது இன்னொரு உணர்வு ஏற்படுகிறது; திரும்பவும் இன்னோர் எண்ணம் உண்டாகிறது. இப்படியே மூளையும் எண்ணங்களும் பிரிக்க முடியாமல் பிணைந்துவிடுகின்றன.

எண்ணங்கள் தோன்றுவதை உன்னால் நிறுத்தி வைக்க முடிந்தால்தான் மனம் என்று ஒன்று இருப்பதை நீ அறியலாம். எண்ணங்கள் தோன்றுவதை நிறுத்தி வைப்பது எப்படி? எண்ணங்களைப் பொருட்படுத்தாமல் இருப்பதன் மூலமே. எண்ணங்களைப் பொருட்படுத்தாமலிருப்பது என்றால் என்ன? ஒரு நல்ல எண்ணத்தைக் குறித்து சந்தோஷப்படுவதோ அல்லது ஒரு தீய எண்ணத்தைப் பற்றிக் கவனம் செலுத்தாமலிருப்பதோ அல்ல. நீ எல்லாவற்றையும் கண்டு கொள்ளாமல் இரு. அவற்றைத் தவிர்ப்பது மிகக் கடினமானது. நீ உனது ஆடைகளை விற்கலாம்; ஆனால், உனது வலக்கையை விற்க முடியாது. ஏனென்றால், அதை உன்னிடத்திலிருந்து தனியாக எடுக்க முடியாது. அது போல், ஓர் அப்பியாசிக்கு எண்ணங்களைத் துறப்பது என்பது வெறும் வாய் வார்த்தைகளே. அதனால் நீ அவற்றைப் பொருட்படுத்தாதே. மற்றவரின் தேவையற்ற எண்ணங்களை நீ பொருட்படுத்தாமல் இருக்கிறாய் அல்லவா? அதே சிகிச்சையை உன் எண்ணங்களுக்கும் அளிக்க வேண்டும். நீ உன் ஆத்மாவுடன் வாழத்தொடங்க வேண்டும்.

சீடன்: மூளை உடலின் ஒரு பகுதி; ஆனால், எண்ணங்கள் அவ்வாறில்லை. அவற்றை எவ்வாறு அடையாளம் கண்டுகொள்வது?

குரு: வீணைக்கு உருவமுண்டு; நாதத்திற்கு உருவம் இல்லை. காற்றுக்கு உருவம் இல்லை. பூவின் மணத்துக்கும் உருவம் இல்லை. எண்ணங்களுக்கும் உருவம் கிடையாது; அவை ஒன்றன் குறியீடே!

சீடன்: அவை நேர்வது எவ்வாறு?

குரு: உதாரணத்துக்கு, உன்னை மூளையாகப் பாவித்துக்கொள். காற்றை ஒரு கண்ணுக்குத் தெரியாத ஒரு கையாகவும் எண்ணத்தை ஒரு வாசனையாகவும் வைத்துக்கொள். கையைக் குறித்து உன்னால் எதுவும் செய்ய முடியாது. ஆனால், உன்னால் மனத்தைக் கட்டுப்படுத்த முடியும் அல்லது வாசனையைப் பொருட்படுத்தாமல் இருக்க முடியும். தோன்றும் காட்சிக்கு (Vision) உருவமிருந்தாலும் அந்த உருவத்துக்கு ஸ்தூல சரீரம் இருக்காது. உனக்கும் எனக்குமிடையே சூக்கும வடிவில் ஒரு ஞானி நிற்கிறார்.

அவருக்கு ஸ்தூல உடல் இல்லை; ஆனால், வடிவம் உள்ளது. ஸ்தூல உடல் இருந்தால் அது இடத்தை எடுத்துக்கொள்ளும். நீ இப்போது என் அருகே வந்தாலும் நடுவில் சூக்கும வடிவில் இருக்கும் ஞானியோடு மோதமாட்டாய். ஆனால், உன்னைப் பொறுத்தவரை அவ்வாறில்லை. உனக்கும் அவருக்குமிடையே உள்ள ஒரே மாதிரியுள்ள தன்மை என்னவென்றால் உனக்கு உருவமிருக்கிறது. அவருக்கும் ஓர் உருவமிருக்கிறது. ஆனால், இரண்டும் ஸ்தூலம் என்றும் சூக்குமம் என்றும் வேறுபடுகின்றன. விஞ்ஞானம் இப்போது ஒரு குழந்தையைப் போல் உள்ளது. அது வளர வேண்டும். விஞ்ஞானம் தன் கண்டுபிடிப்புகளுக்குத் தானே இரையாகிறது.

சீடன்: விஞ்ஞானம் தன் கண்டுபிடிப்புக்குத் தானே எவ்வாறு இரையாகிறது?

குரு: உதாரணத்திற்கு இவ்வாறு வைத்துக்கொள்வோம். ஒரு தாய்க்கு அழகான குழந்தை பிறந்திருக்கிறது. அவள் அந்தக் குழந்தையின் அழகான கண்களைப் பார்த்து அவற்றில் லயித்து நின்றால், குழந்தைக்கு யார் பால் கொடுப்பார்கள்? குழந்தை பாலை அருந்தி வளர வேண்டும்.

ஒரு விஞ்ஞானி ஒன்றைக் கண்டுபிடித்தால் அதைத் தொடர்ந்து சங்கிலித் தொடராக இன்னும் சில விஷயங்களைக் கண்டுபிடிக்க நேரும். ஆனால், அவன் தன் முதல் கண்டுபிடிப்பில் லயித்துப்போனால் இன்னும் பிறவற்றைக் கண்டுபிடிப்பது முடியாமல் போகும். அதனால் அவன் தன்னை அறியாமலே தன் வளர்ச்சியை தடை செய்துவிடுகிறான். அதனால்தான் எப்பொழுதும் தன் உள்ளிருக்கும் ஆத்மாவைக் கண்டுகொள்வது எல்லாவற்றைக்காட்டிலும் சிறந்ததாகக் கொள்ளப்படுகிறது. ஓர் அப்பியாசிக்கு விஞ்ஞானியின் மூளை இருப்பது சிறந்தது. அப்பியாசி உண்மையைத் தேடும் பொழுது, அவன் எல்லா விஷயங்களின் மூலத்திற்கே செல்வான். விஞ்ஞானியும் உண்மையைத்தான் தேடுகிறான். அதை நம்பவும் செய்கிறான். ஆனால், அவன் எல்லாவற்றின் மூலத்திற்கும் சென்று ஆராய்வதில்லை. நடுவில் நிற்கிறான். அதனால் அவன் உண்மையை முழுமையாக உணர்வதில்லை. அவன் தன்னைத்தானே சிறைப்படுத்திக்கொள்கிறான்.

சீடன்: நம்மைச் சுற்றி நடக்கும் விஷயங்களைப்பற்றிச் சில சமயங்களில் தெளிவாக இருக்கிறோம். சில சமயங்களில் குழப்பமாக இருக்கிறோம். அது எதனால்?

குரு: மேகங்கள் கூடும் பொழுது நாம் வானத்தைக் காண்பதில்லை. ஆனால், வானத்தை மேகங்கள் மறைக்க முடியாது. வானம் என்பது எது என்று நீ அறிய வேண்டும். வானம் என்பது நீ மேலே பார்ப்பது மட்டுமல்ல. வானத்தை, அதன் நீல வண்ணத்தை வைத்து அடையாளம் கண்டுகொள்ளாதே. வானம் உன் கண் இமைகளுக்கு இடையிலும் உள்ளது. அது உன் 'உள்ளும்' உள்ளது. உன்னுடைய மனம் வானமாகும். எண்ணங்கள் மேகங்களாகும். உனக்குத் தெளிவு ஏற்பட வேண்டும்மென்றால் மேகங்கள் இருக்கக்கூடாது. மேகங்கள் கூடுவதால் உன்னால் வானத்தைக் கண்டுகொள்ள முடிவதில்லை. அதனால் மேகங்கள் தாமாகவே விலகும்வரை காத்திருக்க வேண்டும். மேகங்கள் தாமாகவே வருகின்றன. வானம் மேகங்களை வரவேற்பதில்லை. மேகங்களுக்கு மேலே வானம் இருந்தால், மேகங்களுக்குக் கீழேயுந்தான் வானம் இருக்கிறது. எண்ணங்களுக்கு அப்பாற்பட்டுத்தான் தெளிவான மனம் இருக்கிறது என்று நீ எண்ணினால் அது தவறாகும். அது எண்ணங்களுக்கு கீழேயும் உள்ளது. தெளிவு உன் உள்ளே எல்லா இடத்திலும் இருக்கிறது.

சீடன்: சாதாரணமாக 'வானம்' என்பது மேலே இருப்பது என்றும், 'வெளி' என்பது நம்மைச் சுற்றி இருப்பது என்றும் கூறுகிறார்களே, அது ஏன்?

குரு: நீ உருண்டை வடிவமான பூமியில் வசிக்கிறாய். இந்தப் பூமி வானத்தில் இருக்கிறது. இந்தப் பூமிக்கு மேலும் வானம் உள்ளது; கீழும் வானம் உள்ளது; அதைச் சுற்றிலுங்கூட வானந்தான் உள்ளது. கடலுக்குள்ளே சில இடங்களில் நீர் இருப்பதில்லை; அங்கேயும் வானம் சந்தோஷமாக ஒளிந்து கொண்டிருக்கிறது. கடலின்மீது ஈடுபாடு கொண்டவர்கள் அதனுள் மூழ்கி அது வைத்திருப்பது என்ன என்று கண்டுபிடிக்காமல் திரும்பி வரமாட்டார்கள். எப்பொழுதும் எல்லாவற்றுக்கும் அதிக முக்கியத்துவம் கொடுத்துக் கொண்டிருக்காதே. முத்துக்குளிப்பவனைப் போல் புதிய அனுபவங்களில் ஆர்வம் செலுத்து. கடலுக்குள்ளே மூழ்கியிருக்கும் கப்பல்களிலுள்ள புதையல்களைக் கண்டுபிடித்து மேலே வருவதில் ஆர்வம் இருப்பவன் கடலுக்குள் மூழ்குவான். அச்சமயத்தில் அவன் கடலைக் குறித்துக் கவலையோ, பயமோ கொள்வதில்லை. நீயும் அவ்வாறு இருக்க வேண்டும்.

மேலோட்டமாகப் பார்க்கும் போது அறிந்ததாகவும், அதே சமயத்தில், உண்மையில் அறியப்படாததாகவும் இருக்கும் கடலைப்போன்ற ஒரு விஷயத்தில் தான் நீ இப்போது இறங்கியிருக்கிறாய். இதில் நீ துடிப்புடன் இருக்க வேண்டும். உன்னுடைய இளமையை நீ இழக்கக்கூடாது. உன் உடல் கீழே விழுந்து உன்னால் ஒரு விரலைக்கூட உயர்த்த முடியாத நிலையிலும், உன்னுடைய இளமையை உன்னிடமிருந்து யாரும் பறிக்க முடியாது. அதனால் மனம் சோர்ந்துவிடாமல் உன் இளமையை உன்னிடம் தக்க வைத்துக் கொண்டு இந்தக் கடலில் முக்குளி!

சீடன்: மனத்தைப் பிரதிபலிப்பதற்கு அது கண்ணாடியைப் போல் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். மனத்தை எவ்வாறு சுத்தமாக வைத்துக்கொள்வது?

குரு: நம்பிக்கை இழந்து சோர்வுற்றுப் போவதுதான் மனம் என்ற கண்ணாடியின் மேல் படியும் அழுக்கும், தூசியும் ஆகும். பிரதிபலிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தை உன்னுள் நிலைநாட்டி அவற்றை நீக்கிவிடு. பிரதிபலிக்க வேண்டும் என்ற ஆர்வம்தான் ஒருவனை வாழ வைக்கும். உன்னை முழுமையாகத் திரட்டிக்கொண்டு அமைதியாக இரு. உன்னிடம் இருப்பவற்றைத் திரட்டி, எவற்றைத் தக்க வைக்க வேண்டுமோ, அவற்றை ஒன்றுசேர்த்து 'மேலே' இரு. மேலோங்கி இருக்க வேண்டும் என்பதில் ஆர்வத்துடன் இரு. அப்பொழுது உனக்கு விடைகள் கிடைக்கும். உன் முயற்சியைப் பொறுத்து நீ கவனத்துடன் இருந்தால், அப்பொழுதுதான் நீ உண்மையைப் பிரதிபலிப்பாய்.

சீடன்: தீய எண்ணங்களைப் பொறுத்து ஏற்படும் பிரதிபலிப்பைப்பற்றிக் கூறவும்.

குரு: நீ கண்ணாடியாக மட்டுமிருந்தால், நீ எதைப் பிரதிபலிக்கிறாய் என்பதைப்பற்றிக் கவலை கொள்ளாதே. கண்ணாடிக்குத் தான் பிரதிபலிப்பதைப்

பற்றிய உணர்வு கிடைபாது. நீயும் ஒரு கண்ணாடியாக ஆக வேண்டும். பிரதிபலிப்பு என்று இப்பொழுது நீ கூறுவது வெறும் தூசியும் அழுக்குமாகும். நீ சுத்தமான கண்ணாடியைப் போல இரு; பிறகு, பிரதிபலி! சோர்வுற்றுப் போகாதே!

சீடன்: தியானம் செய்யும் பொழுது தேவையற்ற எண்ணங்கள் ஏன் வருகின்றன?

குரு: உனக்குள்ளே ஒளிந்து இருக்கும் அவை, நீ தியானம் செய்யும் பொழுது வெளியே செல்கின்றன. அவை வருவதில்லை; வெளியே செல்கின்றன. அவற்றுக்குத் தேவையில்லாத முக்கியத்துவம் கொடுக்காதே. அவற்றுக்கு விடை கொடுத்து அனுப்பிவிடு. அவை செல்ல விரும்பினால் செல்லட்டும். சில எண்ணங்கள் விரும்பி வந்தால் வரட்டும். அதனால் என்ன? எது எப்படியாயினும், நீ உண்மையில் எதுவோ, அதுவாகவே தொடர்ந்து இருப்பாய்.

சீடன்: தீய எண்ணங்களை எவ்வாறு ஒழிப்பது?

குரு: அவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். அவற்றைத் தவிர்க்கும் வரையில் நீ முயன்று கொண்டே இருக்க வேண்டும். வயிற்றில் எதவும் அதிக நேரம் தங்குவதில்லை. அது ஏன் என்று அறிவாயா? வயிறு எப்பொழுதும் துடித்துக் கொண்டிருப்பதால், நீ அசையாமல் அமர்ந்து கொண்டிருக்கலாம், ஆனால், உடலில் இருக்கும் உறுப்புகள் துடித்துக் கொண்டுதான் இருக்கின்றன. உடலுக்கு எது பொருந்துமோ, அதை மனத்திற்கும் பொருத்தலாம். உன் மனம் எப்பொழுதும் ஒழுங்கான திசையில் இயங்கட்டும். வயிறு எப்பொழுதும், இயங்கிக்கொண்டுதான் இருக்கிறது. உணவு தேவை என்றாலும், வயிறு நிறைந்திருந்தாலும் அது துடித்துக் கொண்டே இருக்கும். இன்னும் சிறிது விரிவாகப் பார்ப்போம். உன் கையில் இருக்கும் நாணயம் தரையில் விழுந்தால், அதைப் பொறுக்குமாறு உன் மூளை கைக்குக் கட்டளை இடுகிறது. உடனே உன் கை அந்த நாணயத்தை எடுக்கிறது. ஆனால், வயிற்றைப் பொருத்த வரையில் அவ்வாறில்லை. அங்கு இயக்கம் ஓயாமல் நடந்துகொண்டிருக்கிறது.

சீடன்: ஆனால், நாம் நம் மனத்தை நிறுத்தி வைக்க வேண்டுமென்று சிலர் கூறுகிறார்கள்.

குரு: இல்லை! கர்ப்பப்பை குழந்தையாகாது. ஆனால், குழந்தை கர்ப்பப்பையில் உள்ளது. நீ எதை மனம் என்று அறிகிறாயோ, அது மனம் அல்ல. கர்ப்பப்பையில் இருக்கும் ஒரு குழந்தைக்கு ஒரு பாதுகாப்பு இருப்பது போல், நீயும் உன்னைச் சுற்றி ஒரு வேலியை அமைத்துக்கொள். மனம் எதுவாக இருந்தாலும் இருக்கட்டும். ஒரு வயிறு துடிப்பது போல், ஓர் இதயம் துடிப்பது போல் அதுவும் எப்பொழுதும் ஒரு சீரான முறையில் துடிக்கட்டும்.

சீடன்: இதுவரை அறிந்திராதவையான எண்ணங்களும் நம்முள்ளிருந்துதான் வருகின்றனவா?

குரு: எப்படியிருந்தாலும் எண்ணம் எண்ணந்தான். அதை அறிந்தால் என்ன, அறியாவிட்டால் என்ன? மறக்கப்பட்டவை, அறிந்திராதவையாகத் தோன்றுகின்றன. அவற்றைப் பொருட்படுத்தினால் அவற்றை அறிகிறோம். பொருட்படுத்தாவிட்டால் அவற்றை அறியாமலிருப்போம். எல்லாம் நம்முள் இருக்கின்றன. நமக்கு உகந்ததும் இதுதான்; நமக்குப் பிரச்சினையும் இதுதான்.

சீடன்: தேவையற்ற எண்ணங்களை எவ்வாறு தவிர்ப்பது?

குரு: ரயில் வண்டியில் பயணம் செய்திருக்கிறாயா? ரயில் வண்டி தண்டவாளத்தில் ஓடுகிறது. நீ அந்த வண்டியில் ஒரு ஜன்னலுக்கருகே சௌகரியமாக அமர்ந்துகொண்டிருக்கிறாய். வெளியே பார்த்தால் சில சமயம் வறண்ட பூமி தெரிகிறது. தோகை விரித்துக்கொண்டிருக்கும் மயில் தென்படுகிறது; பிறகு, செழிப்பான செடி கொடிகள் புலப்படுகின்றன. சில சமயம் வெளியே மழை பெய்துகொண்டிருக்கிறது. சில சமயத்தில் ஒரே இருட்டாகக்கூட இருக்கிறது. உன்னைச் சுற்றிலும் இருப்பதை உன்னால் பார்க்க முடியாமல் போகலாம். ஆனால், நீ உன் இடத்தில் அமர்ந்திருப்பதை அறிவாய். வெளியே இருக்கும் பல காட்சிகள் உன்னைத் தாண்டிச் செல்கின்றன. உன்னால் சில விஷயங்களைத்தாம் பார்க்க முடிகிறது. நிறைய விஷயங்கள் உன் கவனத்தை விட்டு நழுவிச் செல்கிறது. இப்பொழுது, ரயில் வண்டியிலிருந்து பார்க்கும் காட்சிகள்தாம் உன் எண்ணங்கள் என்று கற்பனை செய்து கொள். நீ ஜன்னலுக்கு வெளியே பார்க்கும் பூ மரங்களை நீ வளர்த்ததாகக் கூறுவாயா? வெளியே வறட்சியான பூமியைக் கண்டதால், உன்னைச் சபித்துக் கொள்வாயா? அல்லது இரவு நேரத்தில் உன்னால் பார்க்க முடியவில்லையென்றால் அது உன் குற்றந்தான் ஆகுமா?

ரயில் வண்டி தண்டவாளத்தில் ஓடுகிறது. நீ வண்டியில் அமர்ந்திருக்கிறாய் என்று அறிந்தால் அதுவே போதும். வெளியே தென்படும் காட்சிகளை நீ விரும்பினால் வேடிக்கை பார். உனக்கு வேடிக்கை பார்க்க விருப்பம் இல்லாவிடில் கதவுகளை மூடிவிடு அல்லது உன்னுடைய கண்களை மூடிக் கொள் அல்லது எதைப் பார்த்தாலும் அதைச் சகித்துக்கொள். அது உன்னைப் பொறுத்தது. எதைக் குறித்தும் கவலைப்படாதே.

சீடன்: நான் கவலைப்பட விரும்பவில்லை. இருந்தாலும் கவலைகள் தாமாகவே வந்து என்னைப் பீடிக்கின்றன. இது ஏன்?

குரு: இந்தத் தருணத்திலிருந்து இதைப் புரிந்துகொள். உன் சம்மதமின்றி உன்னால் கவலைப்படவும் முடியாது; சந்தோஷமாக இருக்கவும் முடியாது. தியானப் பயிற்சி செய். நீ கவலைகளிலிருந்து விடுபட்ட பிறகு உன் முகம் முன்னைக்காட்டிலும் அழகாகத் தோன்றும்.

சீடன்: நல்லெண்ணங்களும், தீய எண்ணங்களும் என் மனத்தில் இன்னும் இருந்துகொண்டுதான் இருக்கின்றன. நான் முன்பைவிட இப்போது மேன்மையடைந்து இருக்கிறேன் என்று ஒப்புக்கொள்ள முடியவில்லை. என்ன செய்வது?

குரு: எண்ணங்கள் வந்தால் வரட்டும். நீ நினைப்பது போல், எதிலும் நீ ஈடுபடுவதாலோ, அல்லது எதிலிருந்தும் விலகியிருப்பதாலோ தோன்றுபவையல்ல எண்ணங்கள். சூரியன் மிகச்சக்தி வாய்ந்தது. ஆயினும் அது மிகச்சிறிய நட்சத்திரம் என்று கருதப்படும் ஒன்று. நீ எண்ணிலடங்கா நட்சத்திரங்களைக் காண்கிறாய். நட்சத்திரங்கள் நெருப்புக் கோளங்களே என்று நாம் அறிவோம். ஆனாலும், வானத்தில் இருளும் உள்ளது. இது சூரியனின் குற்றமா அல்லது இருளின் சக்தியா? இரண்டுமில்லை. பிரகாசமான ஒளியையும் இந்த இருளையும் தவிர, வேறு ஒன்றும் இருக்கிறது. அதுதான் "பிராண சக்தி". இருளையும் ஒளியையும் ஒரே போல் நிலை பெறச் செய்வது "பிராண சக்தியே." நீ அந்தப் பிராண சக்தியாக ஆகிவிட்டால் விடுதலை அடைவாய். ஒளி, இருளிலிருந்துதான் வெளிப்படுகிறது என்பது நம்பும்படியாகவே உள்ளது. விண்ணிலிருக்கும் கோள்களுக்கு இருள்தான் தாயைப் போல தோன்றுகிறது. இருள் இல்லை என்றால், ஒளியே இருக்க முடியாதோ என்றும் தோன்றுகிறது. வானத்தில் விதை முளைக்குமா? விதை, பூக்கும் செடியாக வேண்டுமென்றால், அது இந்த இருண்ட பூமிக்குள் செல்ல வேண்டும். இந்தத் தருணத்திலிருந்து உன் எண்ணங்களைக் குறித்துக் கவலைப்படுவதை விட்டுவிடு.

சீடன்: என்னிடம் இருக்கும் நல்லதை என்னால் ஒப்புக்கொள்ள முடியவில்லை. எனக்கு நல்லெண்ணங்கள் எப்பொழுதாவதுதான் வருகின்றன. தீய எண்ணங்களே அதிகம் தோன்றுகின்றன. அதற்கு என்ன செய்வது?

குரு: முன்பு கூறிய உதாரணத்துக்கு மீண்டும் செல்வோம். வானத்தில் எண்ணிலடங்கா நட்சத்திரங்கள், கணக்கற்ற கோள்கள் உள்ளன. ஆனாலும் அந்த அகண்ட இருண்ட வானத்தில் அவை சிறிய கற்களைப் போல் காட்சியளிக்கின்றன. இருளையும், நட்சத்திரங்களையும், கோள்களையும் ஒரேபோல் நிலைபெறச் செய்வது பிராண சக்தியாகும். அது இருளும் அல்ல, வெளிச்சமும் அல்ல. உன் எண்ணங்களை நம்பாதே. உன் மனத்தில் தேவையற்ற எண்ணங்கள் ஓடுவதால், நீ தீயவன் என்றோ, மேன்மையான எண்ணங்கள் இருப்பதால், நீ நல்லவன் என்றோ நினைத்துக்கொள்ளாதே. இவ்வாறு செய்தால் நீ எடைபோடுகிறாய் என்றாகும். ஏசுநாதர், ''எடை போடாதே'' என்றார். மற்றவர் உன்னை நல்லவன் என்றோ தீயவன் என்றோ கூறட்டும். ஆனால், உன்னை உன் குரு, நல்லவன் அல்லது தீயவன் என்ற நோக்கத்தில் பார்ப்பதில்லை. ஏனென்றால், இவை இரண்டும் நீ இல்லை என்று அவர் அறிவார். குருவுடைய ஒரே ஒரு பிரச்சினை என்னவென்றால், இதை உனக்குப் புரிய வைப்பதே!

சீடன்: நம்முடைய எண்ணங்கள் நம்மை அல்லது நம் மனத்தை அளக்கும் ஒரு கருவியல்லவா?

குரு: இல்லை! இல்லை! எண்ணங்கள் ஓர் உயர்ந்த, சுலபமான, தொடர்ச்சியான உயர்ந்த நிலையை அடைவதற்கு உதவுகின்றன. அது எவ்வாறு என்றால், எண்ணத்தின் சக்தி உனக்கு எண்ணத்தைத் தவிர்க்கும் ஒரு முறையைக் கற்றுக் கொடுக்கிறது. அதனால்தான் எண்ணங்கள் உயர்ந்தவையாக இருக்க வேண்டும் என்று கூறுகிறார்கள். ஆன்மிகப் பாதையில் செல்வோருக்கு, அவர்கள் மனத்தில் தோன்றும் தேவையற்ற எண்ணங்களால் உடனேயே பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. அப்படியில்லாமல் அவர்கள் சௌகரியமாக இருப்பதற்காகவே உயர்ந்தவற்றைச் சிந்திக்குமாறு குருமார்கள் உபதேசிக்கிறார்கள். சிறிது காலத்திற்குப் பிறகு தீய எண்ணங்களும், நல்லெண்ணங்களும் கிட்டத்தட்ட சமமான எண்ணிக்கையில் வரும். அப்பொழுது ஒரு புது விதமான பாதிப்பு உண்டாகிறது. அங்கே நீ நிதானம் கொள்ள வேண்டும். நல்லவை தீயவை இவ்விரண்டிலிருந்தும் உன்னை அப்பால் உயரே அழைத்துச் செல்லும் ஒளிக்கீற்று உனக்கு அங்கே புலப்படும்.

சீடன்: எப்படிச் சிறுசிறு மணல்துகள்கள் ஒன்றுசேர்ந்து ஒரு பெரிய கடற்கரையைத் தோற்றுவிக்கின்றவோ, அதுபோல்த் தனித்தனியாக இல்லாமல் மனிதன் கூடி முயன்றால் பெரிய விஷயங்களைச் சாதிக்கலாம் அல்லவா?

குரு: ஆம்! இது எண்ணங்களுக்கும் பொருந்தும். நினைவுடன் உயர்ந்த எண்ணங்களைத் தொடர்ந்து சிந்தித்துவா. அவை ஒன்றுசேரட்டும். எண்ணற்ற மணற்துகள்கள் திரண்டு ஒன்றுசேரும்போது ஒரு மணலோ, ஒரு கூழாங்கல்லோ கண்ணுக்குத் தெரியாது. மாறாக, விரிந்த ஒரு மணல்பிரதேசம்தான் தெரியும். தொடர்ச்சியான உயர்ந்த எண்ணங்களில் எதுவும் தனியாகத் தெரியாது. மாறாக, இறைவன் ஒருவர்தான் வெளிப்பட்டுக் காண்பார்.

சீடன்: நான் நல்லதை மட்டுந்தான் நினைக்க வேண்டும் என்று ஏற்கனவே தீர்மானிக்கப்பட்டிருக்கிறதா?

குரு: எண்ணம் தீர்மானிக்கப்படுவதில்லை.

சீடன்: அப்படியானால் தேவையற்ற எண்ணங்களும் தீய எண்ணங்களும் மாயையா?

குரு: நல்லெண்ணங்கள்கூட மாயையே என்று சிறிது காலத்துக்குப் பிறகு நீ அறிவாய். நீ இப்பொழுது தீய எண்ணங்களிலிருந்து நல்லெண்ணங்களுக்குச் செல்ல வேண்டும். பிறகு, எண்ணங்களுக்கு மொத்தமாக விடை கொடுத்து அனுப்ப வேண்டும்.

சீடன்: அதுதான் எண்ணமற்ற நிலையா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! நீ எண்ணங்களுடன் போராடக்கூடாது. மாறாகப் பிறருக்கு எண்ணங்களைக் கொடுக்கக்கூடியவனாக இருக்க வேண்டும்.

சீடன்: சில சமயத்தில் என்னால் தவிர்க்க முடியாத தேவையற்ற எண்ணங்கள் என்னுள் நுழைந்துவிட்டால் அவற்றை எவ்வாறு நீக்குவது? எண்ணத்தாலா அல்லது செயலாலா?

குரு: முதலில் எண்ணங்களை எடுத்துக்கொள்வோம். ஒரு குறிப்பிட்ட தேவையற்ற எண்ணம் உன்னுள் நுழைந்துவிடுகிறது. அதை உன்னால் கட்டுப்படுத்த முடியவில்லை. அந்த எண்ணம் தேவையற்றது, எதிர்மறையானது என்று நீ முதலிலேயே அடையாளம் கண்டுவிட்டதால் அதை நேருக்கு நேர் நின்று எதிர்த்துத் துரத்துவதற்கான உன் முயற்சி தொடங்கி விட்டது எனலாம் எண்ணத்தில் நல்லது, தீயது என்று அடையாளம் கண்டுகொள்ளாதவரை பிரச்சினையும் குழப்பமும்தான். நீ அதைக் கண்டுகொண்ட தருணத்திலிருந்து தீய எண்ணங்களை வெளியேற்றுவதற்கான உன் முயற்சி தொடங்குகிறது. வெற்றி பெறுவதற்குக் கீழ்க்காணும் சில வழிமுறைகளைப் பின்பற்றலாம். (1) விருப்பத்துடன் உன் மனத்தில் மேன்மையான எண்ணங்களைப் புகுத்திய வண்ணம் இரு. (2) தேவையற்ற எதிர்மறையான எண்ணங்களைப் பொருட்படுத்தாதே. (3) மேன்மையான செயல்களில் உன்னை முழுமையாக ஈடுபடுத்திக்கொள் (4) அது முடியாவிட்டால் அதிக முக்கியத்துவம் இல்லாத சிறு வேலைகளிலாவது உன்னை ஈடுபடுத்திக்கொள். உன்னுடைய துணிகளை நீயே துவைத்துக்கொள்; அல்லது சுவரில் மாட்டுவதற்குப் படங்களே இல்லாவிட்டாலும் சுவரில் ஆணிகளை அடித்துக்கொண்டிரு. நீ இவ்வாரு பயிற்சி செய்தால் உன் மனம் வேறு திசையில் திரும்புவதால் தீய எண்ணங்களைத் தவிர்த்துவிடலாம்.

சீடன்: செயல்களுக்கு ஏன் இவ்வளவு முக்கியத்துவம் கொடுக்கப்படுகிறது?

குரு: நீ நல்லவனாக இருந்தால், மேலும் நல்லவனாக வேண்டும். மேலும் நல்லவனான பிறகு தலைசிறந்தவனாக வேண்டும். தலைசிறந்தவனான பிறகு அதற்கு மேலும் சிறந்தவனாகவும், மிக மேன்மையானவனாகவும் முயல வேண்டும். உன்னால் செயல்களைத் தவிர்க்க முடியாது. ஏனென்றால், செயல் உடல் சம்பந்தப்பட்டது மட்டுமல்ல. உனக்கு மனம் என்ற ஒன்று இருக்கும் வரை நீ செயலற்று இருக்க முடியாது. அதனால்தான் எல்லா இறை தூதர்களும், இறைவனும் செயலில் ஈடுபடுமாறு உபதேசித்தார்கள். அவர்கள், இவ்வுலக மக்கள் அனைவரும் தங்கள் செயலில் ஈடுபட்டுக் கடமைகளைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும் என்று கூறினார்கள். உன் கடமைகளை ஈடுபாட்டுடன் ஒரே சீரான மன நிலையுடன் செய்தால், உன்னால் மன விகாரங்களை விலக்கித் தூரத்தில் வைக்க முடியும். அதனால் செயல் என்பது மிகவும் அவசியமான ஒன்றாகும்.

சீடன்: வேலையில் ஈடுபட்டிருக்கும் போதுகூட எண்ணங்கள் வருகின்றனவே!

குரு: வரட்டும்! ஆனால் நீ ஒன்றும் செய்யாமல் பொழுதை வீணே கழிக்காதே. "செய்வதற்கு எதுவுமில்லாத, செயலில்லாமலிருக்கும் மனம், சாத்தானின் பணிமனை" என்று கூறுவதும் அதனால்தான். நீ எப்பொழுதும் ஏதாவது ஒன்றைச் செய்துகொண்டிருக்க வேண்டும். செய்வதற்கு எதுவும் இல்லை என்றால் இறைவனின் நாமத்தை உச்சரி. அவனைப்பற்றிச் சிந்தனை செய். அவனுடைய புனிதச் செயல்களைப் போற்று. அவனுடைய புகழைப் பாடு. நீ எதைச் செய்தாலும் அதை ஒழுங்காகச் செய்ய வேண்டும். நீ ஒரு தோட்டக்காரனாக இருந்தால் செடிகொடிகளை மிகுந்த கவனத்துடன் பராமரிக்க வேண்டும். நீ கடவுளைப்பற்றிச் சிந்தித்துக்கொண்டிருப்பதாகக் கூறி அவற்றை மிதித்தபடி நடந்து செல்லக்கூடாது. அப்பொழுது இறைவன் உன்னைப்பற்றிச் சிந்திக்க மாட்டார்.

சீடன்: சில சமயங்களில், ஒரு குறிப்பிட்ட செயல் நல்லதா அல்லது தீயதா என்று அறிய முடிவதில்லை. ஒரு செயல் எப்படிப்பட்டது என்று எவ்வாறு அறிந்துகொள்வது?

குரு: இது மிகவும் சுலபமானது. அந்தச் செயலால் நீ பாதிப்படைகிறாயா, இல்லையா என்பதைப் பார். பிறருடைய பொருளை நீ கவர விரும்பினால் அப்பொழுது உன்னால் சந்தோஷமாக இருக்க முடியாது. உன் சிரிப்பு அதன் பொலிவை இழந்துவிடும். நீ உன் கண்களை மூடிக்கொண்டு 'உள்ளே' சென்றால் உன் மனசாட்சி உன்னுடன் மிகத் தெளிவாகப் பேசும். மனசாட்சி விசித்திரமானது. அது எப்பொழுதும் உன்னை எச்சரித்துக்கொண்டுதான் இருக்குமே தவிர ஒரு பொழுதும் உன் செயலைப் பாராட்டாது. முதுகில் தட்டிக் கொடுக்காது. அதனால்தான் மனசாட்சி என்பது ஒரு வழிப்பாதை ஆகும். புத்திதான் உன் செயலைப் பாராட்டும் "ஆம்! என் மகனே, நீ மிகச் சிறப்பாகச் செய்திருக்கிறாய்" என்று கூறும். அவ்வாறு அது கூறும் பொழுது, ஒரு வயோதிகர் கூறுவது போல் இருக்கிறது. நாம் எப்பொழுதும் மனசாட்சியை ஒரு வயோதிகர் என்று தவறாகக் கருதுகிறோம். மனசாட்சி எச்சரிக்கும்; ஆனால், மிரட்டாது. மனசாட்சி நடக்கப்போவதைப்பற்றி உனக்கு எச்சரிக்கும். இந்த வகையில் இது மிகத் தெளிவாக உள்ளது.

சீடன்: நாம் சில சமயத்தில் புத்தி கூறுகிறபடி சில விஷயங்களை ஏற்றுக் கொள்கிறோம் அல்லவா?

குரு: புத்தியிடமிருந்து எதையும் ஏற்றுக்கொள்ளாதே. உன் மனசாட்சியின் குரலை மட்டும் கேள். மனசாட்சி, குறிப்பிட்ட சிலருக்கு மட்டும் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் ஒன்றல்ல. எல்லா மனிதர்களுக்கும் மனசாட்சி உள்ளது.

சீடன்: கண்களுக்கும், மனத்தில் தோன்றும் எண்ணங்களுக்குமிடையே உள்ள தொடர்பை அறிந்துகொள்ள விரும்புகிறேன்.

குரு: கண்கள்தாம் நீ திசை மாறுவதற்கு ஒரு முக்கியமான காரணம். நீ பார்ப்பதால்தான் உனக்குப் பாதிப்பு ஏற்படுகிறது. உண்மையில், நீ இப்பொழுது பார்ப்பது மட்டுந்தான் உன்னைப் பாதிக்கிறது என்பதில்லை. முற்பிறவிகளில் நீ கண்டவை, கேட்டவை, ஸ்பரிசித்தவை, முகர்ந்தவை, நினைத்தவைகூட உன்னை இப்பொழுது பாதிக்கும். அதனால் எப்பொழுதும் உன் 'உள்' சென்று பார். ஆனால், நீ விரிந்த கண்களுடன், வெறித்த பார்வையுடன் விறைப்பாக அமர்ந்துகொண்டிருந்தால், மற்றவர்களின் பார்வைக்கு நீ விசித்திரமாகத் தென்படுவாய்.

சீடன்: நாம் இதை எவ்வாறு செய்வது? என் கண்களைத் திறந்து வைத்துக்கொண்டு, எண்ணங்களை நிறுத்திக்கொள்ள வேண்டுமா?

குரு : இல்லை! இல்லை! நீ உன் எண்ணங்களை எப்பொழுதும் கண்காணித்திரு. கண்களை மறந்துவிடு. இது சாத்யமாகும். உன் பிராணசக்தி உன்னுடைய தொண்டைக்கு மேல், உன்னுடைய நாசிக்குப் பின்னால் நிலைபெற்றால், இந்த எண்ணங்கள் தாமாகவே அடங்கிவிடும். இங்கே நீ ஒன்றை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். சுவாசத்தை நிறுத்திவிட்டால் எண்ணங்களே இவருக்காக என்று மனிதர்களுக்குத் தவறாகக் கற்றுக் கொடுத்திருக்கிறார்கள். சுவாசத்தை நிறுத்திவிட்டால் சிறிது நேரத்தில் உயிர் பிரிந்துவிடும். அதற்குப் பதில் நீ உன் சுவாசத்தைச் சரியான காரணத்திற்குச் சரியான இடத்தில் வைக்க வேண்டும்.

சீடன்: மூளை இடம், வலம் என்று இரண்டு பகுதிகளாகப் பிரிந்திருக்கிறது என்று நான் படித்திருக்கிறேன். நாம் வேலை செய்யும் பொழுது, அவை ஒரு சேரச் செயல்பட வேண்டுமல்லவா?

குரு: மூளையில் இரண்டு பகுதிகள் உள்ளன. வலப்பக்கமும், இடப்பக்கமும் ஒரு பாலத்தால் இணைக்கப்பட்டிருக்கின்றன. இரண்டு பகுதிகளும் ஒருங்கிணைந்து செயல்படுவது இந்தப் பாலத்தின் மூலந்தான். மூளையின் வலப்பக்கம் ஆக்கப்பூர்வமான விஷயங்களில் ஈடுபடுகிறது. இடப்பக்கம் பகுத்தறிவதில் ஈடுபடுகிறது. ஒவ்வொரு மனிதனிலும் ஏறக்குறைய ஒரே அளவில் இவை இரண்டும், செயல்படுகின்றன. மூளையின் வலப்பக்கம், இடப்பக்கம், அதன் நடுப்பாகம் இவை மூன்றும் முழுமலர்ச்சி அடைந்து முழு அளவில் செயல்படத் தொடங்க வேண்டுமானால், பிராண சக்தி மேல் நோக்கிச் சென்று தான் இருக்க வேண்டிய இடத்தை அடைய வேண்டும். பிறகு, அங்கிருக்கும் உயிரணுக்கள் அனைத்தையும் விழிப்படையச் செய்ய வேண்டும்.

அப்போதுதான் நீ முழுமையடைய முடியும். நீ தவிர்க்க வேண்டியவை, தேவையென்று கருத வேண்டியவை, பின்பற்ற வேண்டியவை, கடக்க

வேண்டியவை எவையெவை என்பதை அப்போதுதான் நீ அறிய முடியும். அந்த முழுமையை அடைவதற்கு முயற்சி செய்.

சீடன்: மனம் எளிமையாக இருந்தால் அதில் மௌனத்தையோ அமைதியையோ நிலை நாட்ட முடியுமா?

குரு: மனத்தை நீ மௌனமாக்க வேண்டியதில்லை. நீ அமைதியாக இருந்தால், மற்றவை கவனித்துக்கொள்ளப்படும். உன் மனம் எளிமையாக இருக்க வேண்டும். பரபரப்பின்றி எப்போதும் நிதானமாக இரு. நீச்சல் தெரிந்தவனைக் கேட்டால் நீந்துவதற்கு நிதானம் பழகவேண்டும் என்று சொல்வான். அவன் விறைப்பாக இருந்தால் மூழ்கிவிடுவான். மனத்தை எளிமையாக வைத்திருந்தால் எல்லாமே சுலபமாகிவிடும். நீ குறிப்பிட்ட சில விதிமுறைகளைப் பின்பற்றினாலும், உன்னுடைய இயல்பான வேகத்தை நீ அதிகரிக்க முடியாது. ஒவ்வொருவருக்கும் இயல்பான வேகம் என்று ஒன்று உண்டு.

சீடன்: குறுகிய மனம் என்றால் என்ன?

குரு: உன் அறியாமைதான் குறுகிய மனமாகும். அறியாமை என்றால் என்ன? எல்லாம் தன்னுடையது என்று எண்ணுவதும் குறிப்பிட்ட சிலருக்கு மட்டும் சலுகை காட்டுவதும் அறியாமை ஆகும். ஓர் ஆன்மிகச் சங்கத்தில் சிலரிடம் மட்டும் தனிப்பட்ட முறையில் உறவு கொள்வதும், நெருக்கமாகப் பழகுவதும் அறியாமை ஆகும். அறியாமையே பாவமாகும். அன்பும், பகுத்தறிவும் உன்னிடம் இணைந்திருந்தால் நல்லது. அப்பொழுது நீ அறியாமையிலிருந்து விடுபட்டு இருப்பாய். உனக்கு ‘அறியாமை’ என்ற வார்த்தையை உச்சரிக்கக் கூடத் தெரியாமல் இருக்கலாம். ஆனால், பகுத்தறிவும் அன்பும் உனக்கு இருந்தால் உன் அறியாமை விலகிவிடும். ஆன்மிகச் சங்கத்தில் தனிப்பட்டதாகச் சிலரிடம் உறவு வைத்துக்கொள்வது ஆன்மிக வலிப்பு நோய். வலிப்பு ஏற்படும் பொழுது அது பார்ப்பதற்கு கோரமாக இருக்கும். ஆன்மிகப் பாதையில் செல்லும் மனிதர்கள் உண்மையைத் தேடுபவர்களாக இருந்தும், நல்லனாக இருந்தாலும் இந்தத் தனிப்பட்ட உறவைத் தவிர்க்கவில்லை என்றால் இந்தத் தொற்று நோய் மற்றவர்களுக்கும் பரவக்கூடும். அதனால் அதைத் தவிர்க்க வேண்டும். நீ இறைவனின் சன்னிதியில் இருந்துகொண்டு, அவனையன்றி வேறொருவனைப்பற்றி சிந்தித்துக்கொண்டு இருக்கக்கூடாது. அதுதான் தனிப்பட்ட உறவாகும். எவையெல்லாம் நீ என்று எண்ணுகிறாயோ அவற்றை எல்லாம் விட்டுவிட வேண்டும்.

சீடன்: மனத்தைப்பற்றி மேலும் கூறுங்கள்.

குரு: மனம் என்பது எது? மனம் என்பது எண்ணங்களைத் தவிர வேறு எதுவுமில்லை. ஆனால், அவ்வாறு சொல்வது மிகச்சுலபம்! எண்ணங்கள் என்றால் என்ன? அவை நட்சத்திரங்களைப் போன்றவை. எண்ணற்ற நட்சத்திரங்கள் வெளியெங்கும் பரவிக் கிடக்கின்றன. புதிது புதிதாக

அரும்பிக்கொண்டும் இருக்கின்றன. ஆனால், அவற்றுக்கு இடையில் விரியும் இடைவெளி இருக்கிறதே, அதில்தான் நுணுக்கமே பொதிந்துள்ளது. அது போலவே எண்ணங்களும் எண்ணிக்கை இல்லாத அளவு இருந்தாலும், ஓர் எண்ணத்திற்கும் மற்றோர் எண்ணத்திற்குமிடையே மௌனம் என்ற இடைவெளி உள்ளது. அதிர்ஷ்டவசமாகவோ அல்லது ஒரு லாகவத்தாலோ அந்தச் சிறு மௌனம் ..... சிறு மௌனம்...... சிறு மௌனத்தைப் பிடித்துக் கொள்ள உன்னால் முடியுமானால் அப்பொழுது, அந்தப் பெரிய முழுமையான மௌனத்தையும் அடைந்துவிடலாம். சிறியதுதான் பிரம்மாண்டமாகிறது.

எந்தப் பாடலுக்கும் தாளம் உண்டு. எங்கே பாடினாலும், பாடுபவர் காட்டுவாசியாக இருந்தாலும், தேர்ச்சி பெற்ற நாகரிகமான பாடகராக இருந்தாலும், தாளம் நிச்சயம் உண்டு. சிலர் தொடைகளைத் தட்டித் தாளம் போடுவார்கள். சிலர் கையைத் தட்டி தாளம் போடுவார்கள். சிலர் தாளக் கருவிகளை இடைவெளி மாறாமல் தட்டுவார்கள். எப்போதும் இரண்டு தாளங்களுக்கு நடுவில் இடைவெளியாக ஒரு மௌனம் இருக்கும். மௌனம் தங்கத்தைப் போல் மேன்மையானது. இரண்டு தாளங்களுக்கிடையே இருக்கும் நிசப்தம் வெளிப்படையானது. அதே போல், இரண்டு எண்ணங்களுக்கு இடையே உள்ள மௌனமும் வெளிப்படையானதே! நான் என்ன கூறுகிறேன் என்றால், நீ இந்தச் சிறு மௌனங்களைப் புல்தரையின் மேல் விழுந்திருக்கும் சிறு பூக்களைத் திரட்டுவது போல் திரட்டிக்கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: மௌனத்தைத் திரட்டு என்று நீங்கள் கூறுவதற்கு என்ன பொருள்?

குரு: இரண்டு எண்ணங்களுக்கு இடையில் மௌனம் உள்ளது. அதைப் பற்றிக்கொள். உதாரணமாக, உனக்கு ஒரு கோப்பை தேநீர் அருந்த வேண்டும் என்ற எண்ணம் தோன்றுகிறது என்று வைத்துக்கொள்வோம். அதைத் தொடர்ந்து மற்றோர் எண்ணம், அதாவது, தேவையான தேநீர் இன்று அருந்தியாகிவிட்டது என்றும் தோன்றுகிறது. இந்த இரண்டு எண்ணங்களுக்குமிடையே மௌனம் உள்ளது. நீ கவனித்துப் பார்த்தால் எண்ணங்கள் வார்த்தைகளின் வடிவத்தில் வருவதைப் புரிந்துகொள்வாய். சிலர் இதை உடனேயே புரிந்துகொள்ளாவிடினும், பெரியவர்களைப் பொறுத்தவரை எண்ணங்கள் வார்த்தைகளின் வடிவத்தில்தான் வருகின்றன. ஒரு கோப்பைத் தேநீர் அருந்த வேண்டும் என்ற எண்ணத்திற்கும், ஏற்கனவே தேவையான தேநீர் அருந்தியாகிவிட்டது என்ற எண்ணத்திற்கும் இடையே மௌனம் இருக்கும். ஒரு மௌன இடைவெளிக்குப் பிறகு இன்னோர் எண்ணம் வரும். இடைவெளியாக வரும் இந்த மௌனங்களையெல்லாம் திரட்டிக்கொள். அதன் அர்த்தம் என்னவென்றால், அந்த எண்ணங்களுக்கிடையேயுள்ள மௌனத்தை நீ பற்றிக்கொள்ள முயல வேண்டும் என்பதுதான். முதலில் கடினமாக இருந்தாலும், ஒவ்வோர் எண்ணத்தைப் பின்தொடர்ந்தும் மௌனம் நிச்சயம் வரும் என்பதை நீ தெளிவாகப் புரிந்துகொண்டால், ஏதோ ஒரு சமயம் இந்த மௌனத்தைப் பற்றிக்கொள்வாய். 'பற்றிக் கொள்வது' என்பது மௌனத்தைத் திரட்டுவது

ஆகும். பிறகு என்ன நேரும்? இப்பொழுது உனக்கு ஓர் எண்ணம் இருக்கிறது. அதற்குப் பிறகு நீ அந்த மௌனத்தினுள் நுழைவாய். பிறகு, மற்றோர் எண்ணம் மெதுவாக முளைக்கிறது. நீ அதைத் தாண்டிவிட்டு, அடுத்த மௌனத்திற்குள் நுழைவாய். இவ்வாறுதான் மௌனம் என்ற சிறு பூக்களைத் திரட்ட வேண்டும். நீ ஓர் எண்ணத்தைத் தாண்டுகிறாய். பிறகு, மற்றோர் எண்ணத்தில் சிக்கிக்கொள்கிறாய். பிறகு, அடுத்த எண்ணங்களைத் தாண்டுகிறாய். இவ்வாறு செய்த பிறகு எண்ணங்களைத் தவிர்க்கிறாய். பிறகு, எந்த எண்ணமும் ஏற்படாத ஒரு நிலை தோன்றுகிறது. அப்பொழுது அங்கே மௌனம் ஒன்றுதான் இருக்கும். பிறகு, எண்ணங்கள் தங்கள் சக்திகளைப் புதுப்பித்துக்கொண்டு மீண்டும் வந்து உன்னை வேகத்துடன் தாக்கினாலும் நீ பொறுமையை இழக்காமல் உன்னுடைய தியானப் பயிற்சியைத் தொடர்ந்து செய்தால் இறுதியில் மௌனம் நிலைபெறும்.

சீடன்: நாம் உண்மையை நாடிச் செல்லும் பொழுது நம் மனம் லௌகீகமான விஷயங்களில் செல்கிறது. எதனால்?

குரு: ஒரு நாய்க்கு எஜமானன் இல்லை என்றால், அது கட்டுப்பாடில்லாமல் அலைகிறது. ஆனால், அதற்கு ஓர் எஜமானன் இருந்தால், அவனுக்கு அடங்கிப்பணி செய்கிறது. உன்னுடைய மனமும் நாயைப் போலத்தான். நாயைக் கொன்றுவிடாதே. அது பாவம். நீ அதன் எஜமானனாகிவிடு. பிறகு அது நன்றியுடன் உனக்குப் பணி செய்துகொண்டிருக்கும். நீ உன் மனத்தை அடக்க வேண்டும். அது ஒன்றுதான் உன்னுடைய வேலை. மனத்தைக் கவனித்துக்கொண்டிரு. நீ எப்பொழுதும் சுறுசுறுப்பாக இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ ஓய்வு எடுத்துக்கொண்டால் நிம்மதியாக இருக்கலாம். மனத்தை அடக்குவதையும், எப்பொழுதும் பணி செய்துகொண்டிருப்பதின் முக்கியத்துவத்தையும் உணராவிட்டால், நீ பெரிய பிரச்சினைகளில் அகப்பட்டுக் கொள்வாய். எப்பொழுதும் உற்சாகத்துடன் வேலை செய்துகொண்டிருந்தால்தன் உன்னுடைய சக்தியை உன்னால் அறிய முடியும். நீ உண்மையாக இருந்தால், உண்மையைப்பற்றிக்கொண்டிருந்தால் எல்லாக் காலத்திலும் உண்மையை அறிந்தவருடன் தொடர்பு கொள்ளலாம். உண்மை, காலத்துக்குக் கட்டுப்பட்டதல்ல. இவ்வாறுதான் முதிர்ச்சி பெற வேண்டும்.

சீடன்: எனக்கு ஒரே சமயத்தில் அதிக அளவு மகிழ்ச்சியும் மனச்சோர்வும் ஏற்படுகின்றன. அது ஏன்?

குரு: நீ கடற்கரைக்குச் சென்றிருப்பாய். நீருக்கு அருகே செல்கிறாய். ஒருபக்கம் விரிந்த கடல் இருக்கிறது. மறு பக்கம் பெரிய மணல் வெளி உள்ளது. இவை இணையும் இடத்தில் நடுவில் ஈரமான, மென்மையான பகுதி ஒன்றும் உள்ளது. கடலினுள் நுழையாதே அல்லது மணல் வெளியிலும் தங்கி விடாதே! நடுவிலிருக்கும் மென்மையான பகுதியில் நட! உன்னுடைய கால்களுக்கு இதமாக இருக்கும்.

சீடன்: சில சமயங்களில் பிரச்சினைகள் இருந்தாலும் மனத்தில் திருப்தியாக இருக்கிறது. அது எவ்வாறு?

குரு: உனக்கு எந்த இனிய அனுபவமும் ஏற்படாத போதும் உன் மனம் திருப்தியோடு இருப்பதாகச் சொல்கிறாய். மனமே அப்படித்தான். பல முரண்பாடுகளைக் கொண்டதுதான் மனம். மனத்தின் இயக்கத்திற்கு ஒரு வேகம் உண்டு. அது ஏதாவது ஒன்றை நோக்கிச் சென்றுகொண்டிருக்கும். மனம், தான் எதிர்பார்க்கும் அனுபவங்களைப் பெற முடியாத போது ஏமாற்றம் அடையும். ஆனால், அது எப்பொழுதும் மேல் நோக்கிச் சென்று கொண்டிருப்பதால், அதற்கு ஓர் ஆறுதலும் பாதுகாப்பான உணர்வும் ஏற்படுகின்றன. அவற்றைத் திருப்தி, நிறைவு என்று கருதிவிடுகிறது.

நீ எதையும் ஆர்ப்பாட்டமின்றி அணுக வேண்டும். ஒரு விதை வெடித்துத் துளிர்விடும் பொழுது எந்த விதமான சப்தமுமில்லை அல்லவா? அதுபோல், இருக்க வேண்டும். நீ எல்லா வேலைகளையும் தன்னம்பிக்கையுடன் செய்ய வேண்டும். ஆனால், எந்த விதமான பிரதிபலனையும் எதிர்பார்க்கக்கூடாது. உன்னால் அப்படி இருக்க முடிந்தால், அந்தப் பாதுகாப்பான உணர்வே மனநிறைவாக மாறும். மன நிறைவோடு இருப்பவனுக்குக் கற்றுக் கொடுக்க ஒன்றுமில்லை.

சீடன்: சில சமயங்களில் சிரிப்பும், வருத்தமும் காரணமின்றி ஏற்படுகின்றன. அது ஏன்?

குரு: உற்சாகம் என்பது ஊற்றின் சாரல்; ஆனந்தம் என்பது 'ஆட்டம்' உன்னுடைய சிரிப்பு மற்றவனைத் தூண்டவோ அல்லது பாதிக்கவோ கூடாது. நீ எந்தக் காரணமும், தூண்டுதலுமின்றிச் சிரித்திருக்கலாம். ஆனால், உன் சிரிப்பு யாரையும் தூண்டவோ, பாதிப்போ ஏற்படுத்தாமல் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: இது உணர்ச்சி வசப்பட்ட மனத்தைப் பொறுத்த ஒன்றா?

குரு: ஆமாம்! சிரிப்பும் வருத்தமும் உணர்ச்சிகள் மூலந்தான் உண்டாகின்றன. சிறிய விளக்கின் ஆட்டம் சில சமயம் சுடரை அணைத்துவிடும். அதனால் 'ஆட்டத்தைப்' பொறுத்தவரை கவனமாக இரு. சிறிய விளக்கு சப்தம் செய்வதில்லை. ஆனால், அதன் ஜ்வாலையிலிருந்து வரும் நெருப்புப் பொறிகள் சப்தம் செய்யும். உன்னுடைய உணர்ச்சிகளால் உண்டாகும் மகிழ்ச்சியையும், வருத்தத்தையும் குறித்துக் கவனத்துடன் இரு.

சீடன்: இந்த உற்சாகச் சாரலும், ஆனந்த ஆட்டமும் நின்றுவிட்டால் என்னுடைய பிராணசக்தி 'மேலே' இருக்கிறது என்று பொருளாகுமா?

குரு: இல்லை! உன்னுடைய பிராணசக்தி 'மேலே' இருந்தால் உன்னுடைய உணர்ச்சிகள் அதன் கட்டுக்குள் இருக்கின்றன. இதை நன்றாகக் கவனத்தில்

வைத்துக்கொள். பிராண சக்தி 'மேலே' இருக்கும் பொழுது அவை இல்லாமல் இருக்க வேண்டிய அவசியம் இல்லை. ஆனால், அப்போது அவை தங்கள் வரம்பு மீறாமல் இருக்கும்.

சீடன்: கட்டுப்பாட்டுடன் எவ்வாறு இருப்பது?

குரு: நீ நிறைய விஷயங்களைக் கவனிக்க வேண்டும். நீ பேசும் பொழுதும், சிரிக்கும் பொழுதும், புன்னகை செய்யும் பொழுதும் நீ மிதமாக இருக்க வேண்டும். சில சமயங்களில் உன்னுடைய சிரிப்பு, பாத்திரம் கீழே விழும் சப்தத்தைவிட நாராசமாக இருக்கக்கூடும். அங்கே உனக்கு நீயே கட்டுப்பாடுகளை விதித்துக்கொள்ள வேண்டும். உன் குழந்தையுடன் மொட்டை மாடியில் விளையாடிக்கொண்டிருக்கிறாய் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அங்கே சுற்றுச்சுவர் இல்லாதிருந்தால் அந்தக்குழந்தையை கவனித்துக் கொள்வது கடினமான விஷயமாகும். அங்கே அபாயம் இருப்பதால் நீயும் குழந்தையுடன் ஓட வேண்டும். நீ அவ்வாறு செய்யாதே. அதற்கு பதிலாக மொட்டைமாடியில் சுற்றுச்சுவர் கட்டியபிறகு உன்னுடைய குழந்தையை அங்கே அழைத்துச் செல்வாயானால் அந்தக் குழந்தை சுவரின்மீது சாய்ந்து கீழே எட்டிப் பார்க்கும் பொழுது மட்டும் அதைக் கவனித்தால் போதும். மற்ற சமயங்களில் நீ புத்தகத்தைப் படித்துக்கொண்டோ அல்லது வேறு வேலைகளில் கவனம் செலுத்திக்கொண்டோ இருக்கலாம். இதைத்தான் கட்டுப்பாடு என்று கூறுகிறேன்.

சீடன்: ஸ்திரத்தன்மை என்றால் என்ன?

குரு: ஸ்திரத்தன்மையே ஆன்மிக ஒழுக்கத்தின் முத்திரை. ஸ்திரத்தன்மை என்பது மனத்தைப் பொறுத்ததாகத் தோன்றுகிறது. மனம் நிலைகுலையாமல் இருப்பது என்றால் என்ன? நீ உன் எண்ணங்களுடன் ஓர் உடன்பாட்டுக்கு வருவது ஆகும். முதலில் நீ ஒரேயடியாக எண்ணங்களைக் கடக்கக்கூடிய நிலையில் இருக்கமாட்டாய். எண்ணங்களின் தொடர்ச்சியான ஓட்டத்தை உன்னால் தவிர்க்க முடியாவிட்டாலும் அவற்றுடன் நீ ஓர் உடன்பாடு செய்துகொள்ள முடியும். எண்ணங்கள் ஓயாமல் வந்து கொண்டிருக்கலாம்; ஆனால், அவற்றால் நீ எந்த விதமான பாதிப்பும் அடையாமல் இருப்பாய் என்று நீ அவற்றுக்குத் தெரிவிக்கலாம். ஓர் அப்பியாசி, தன் மனத்தில் ஸ்திரத்தன்மையை உண்டாக்குவதற்கு முதலில் அவன் தன் எண்ணங்களுடன் இவ்வாறு ஒப்பந்தம் செய்துகொள்ள வேண்டும். நீ ஒரு ஸ்திரத்தன்மையிலிருந்து மற்றொன்றுக்கு முன்னேறுவாய். உடல் மனத்தின் பிரதிபலிப்பாகும். மனம் ஒன்றை நினைத்தால் உடல் அதற்கு இணைந்து செயல்படும். மனம் குன்றிவிட்டால் உடல் சுருங்கிவிடும்.

சீடன்: இயல்பு உந்துதல் (Instinct) என்றால் என்ன?

குரு: பெண்கள் சேலை கட்டுகிறார்கள். அதன் முந்தானை நழுவினால் உடனேயே, அதாவது, இயல்பு உந்துதலாக (Instinct) அவர்களின் கை அதைச்

சரி செய்கிறது. இந்த விஷயத்தை ஒரு பெரிய அளவிற்கு விரிவாக்கி அதிக அளவில் உபயோகப்படுத்தலாம். நீ சிலரிடம் ஆராயாமலேயே இயல்பு உந்துதலாக (Instinct) நல்ல முறையில் பழகுவாய். நீ இவ்வாறான 'இயல்பு உந்துதலை' உன் குணமாக மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுது நிறைய விஷயங்களைச் சுலபமாகக் கடக்கலாம். 'இயல்பு உந்துதல்' (Instinct) நமக்கு அந்நியமான ஒறு விஷயமல்ல. அது நம்மைச் சார்ந்த ஒன்றாகும். எல்லோருக்கும் நல்ல இயல்பு உந்துதல்' (Instinct) கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அது தீயதாக இருக்காது. அது வழிகாட்டியாக இருக்கும். நாம் 'மேலே' சென்றுகொண்டிருக்க வேண்டும். நாம் எங்கே சென்றாலும் வாழவேண்டும். அதனால் நாம் தியானப் பயிற்சி செய்துகொண்டு மேலும் முன்னேற வேண்டும்.

சீடன்: நம்முடைய 'அனிச்சை ஒழுக்கத்தை' (Reflexes) எவ்வாறு அதிகரித்துக்கொள்வது?

குரு: உன்னுடைய அனிச்சை ஒழுக்கத்தை (Reflexes) அதிகரித்துக் கொள்ள அல்லது மேம்படுத்திக்கொள்ள தனிப்பட்ட பயிற்சி எதுவும் இல்லை. தேவையில்லாத விஷயங்களைத் தவிர்ப்பதற்குப் பயிற்சி செய்ய வேண்டும். துரதிருஷ்டவசமாகத் தேவையற்ற விஷயங்கள் எல்லாமே நம் மனத்தில்தான் வசிக்கின்றன அவையே உடலிலிருந்தால் ஒரு வைத்தியனிடம் சென்று சிகிச்சை செய்துகொள்ளலாம். ஆனால், இது மனத்தைப் பொறுத்த விஷயமானதால், நீதான் தனியாக அமர்ந்துகொண்டு உன்னைச் சரி செய்து கொள்ள வேண்டும். முதலில் நீ அபத்தமான உணர்ச்சிகளைத் தவிர்க்க வேண்டும்.

அடுத்ததாக, எதைப்பற்றியும் தானாகவே யூகித்துக்கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். உன் எண்ணங்கள் உயர்ந்தவையாக இருக்கலாம். ஆனாலும், எதையும் முன்பே யூகித்துக்கொள்வதை களைய வேண்டும்.

நீ உன் 'உள்' இறங்க வேண்டும். இது அனிச்சை ஒழுக்கத்திற்கு (Reflex) மிகவும் அவசியமானது. உன் உள்ளே இறங்கும் போது, எதனாலும் தொடமுடியாத ஒரு ஒளி மிகுந்த அந்தரங்கம் அதில் சம்பந்தப்பட்டிருக்கிறது. அங்கே யாரையும், ஏன், உன் நெருங்கிய நண்பனையுங்கூட அழைத்துச் செல்ல முடியாது. நீ தனியாகத்தான் ஆராய்ந்து பார்க்க வேண்டும். எவையெல்லாம் உனக்குப் பொருந்தும் என்று உன்னால் அறிந்து கொள்ள முடிந்தால் உன்னால் பிரதிபலிக்க முடியும். உன்னுடைய அனிச்சை ஒழுக்கம் (Reflexes) கூர்மையாவது, நீ எவ்வளவு ஆர்வத்துடன் முன்னேற வேண்டும் என்று இருக்கிறாயோ, அதைப் பொறுத்து இருக்கும். நீ விஷயங்களைப் பெறுவதும், அவற்றைப் புரிந்துகொள்வதும் உன்னுடைய மன ஆரோக்கியத்தையும், உண்மையை விடாமல் தொடர்ந்து செல்வதையும், தியானப் பயிற்சி செய்வதையும் பொறுத்து இருக்கிறது.

உனக்கு நான் ஒரு சிறிய குறிப்பு தருகிறேன். 'அனிச்சை ஒழுக்கம்' (Reflexes) இதைப் பொறுத்து இருக்கிறது. உனக்குச் சோதனை ஏற்பட்டால் அதை உடனே நீ புரிந்துகொள்ள வேண்டும். நீ உணர்ச்சி வசப்பட்டிருந்தால் அதைச் சரியாகப் புரிந்துகொள்ளாமல், அர்கள் உன்னைத் தவறாகப் புரிந்துகொண்டுவிட்டதாகக் கருதிக் குமைவாய். உன் உறுதியைச் சோதிப்பதற்காக வேண்டுமென்றே சில வார்த்தைகள் போடப்படுகின்றன. நீ அதைப் புரிந்துகொள்ளாமல் சோதனையில் தோற்றுவிட்டால், அவர்கள் என்ன செய்ய முடியும்? அபத்மான உணர்ச்சிகளைத் தவிர்த்து உன் 'அனிச்சை ஒழுக்கத்தை' (Reflexes) மேம்படுத்திக்கொள்.

சீடன்: அப்பியாசியாக இருக்கும் நாங்கள் முன்னேறுவதற்கான சந்தர்ப்பங்களை எவ்வாறு ஒழுங்காகப் பயன்படுத்துவது?

குரு: கேள்விகள் கேட்பதால் மட்டும் பயனில்லை. உண்மையின் சாரங்களை நீ எவ்வளவு எடுத்துக்கொள்கிறாய், அதை எவ்வாறு நடைமுறையில் கடைப்பிடிக்கிறாய், அவ்வாறு செய்வதால் எவ்வளவு விரைவில் முன்னேறுகிறாய், என்பதே முக்கியம்.

யாரையும் சந்தேகிக்காதே. எல்லோரையும் மதிக்க வேண்டும். பிறரை மதிப்பவர்களே மதிப்பைப் பெறுவார்கள். ஒரு முள் படுக்கையின்மீது காலணி இன்றிக் காயப்படாமல் நடக்கும் லாகவம் உனக்கு இருக்க வேண்டும். நீ உண்மையாகவும் நேர்மையாகவும் மரியாதையாகவும், உன்னுடைய நடத்தை மிக உயர்ந்ததாகவும் இருந்தால், நீ உன் பெயரைக்கூட எழுத அறியாவிட்டாலும் இந்த லாகவத்தைப் பெறலாம். நீ இவ்வாறு இல்லாவிட்டாலும், கல்வி அறிவு உள்ளவனாக இருந்தாலும் இதைப் பெற முடியாது.

சீடன்: எல்லாவற்றுக்கும் ஏற்றவனாக ஆவது எவ்வாறு?

குரு: நற்பண்பு, நன் நடத்தை, ஒழுக்கமான பேச்சு, தியானப்பயிற்சி செய்வது, இங்கிதம்– இவையெல்லாம் உன்னை எல்லாவற்றிற்கும் ஏற்ற மனிதனாக உருவாக்கும். முதலில் நீ நடிக்காமல், உள்ளவாறு இரு. அப்போதுதான் நீ எப்படி ஆக வேண்டுமோ அப்படி ஆக முடியும். பொய்யான தோற்றம் அளிக்காதே. நீ ஒரு முரடனாக இருந்தால் அவ்வாறே இரு. அப்பொழுதுதான் உன்னை அறிந்துகொண்டு உன்னால் முன்னேற முடியும். நீ இல்லாத ஒன்றை இருப்பது போல் பாவனை செய்யாதே. அது தேவையற்றது. நீ 'ஏதாவது ஒன்றாக' ஆனால்தான் இறுதியில் எல்லாமாக ஆக முடியும்.

சீடன்: 'ஏதாவது ஒன்று' என்றால் என்ன?

குரு: உன்னுடைய ஐம்புலன்கள், புத்தி ஆகியவை அடங்கி, நீ பவித்திரமாக வேண்டும். உன் உணர்ச்சிகளுக்கு முதலில் நீ எஜமானனாக வேண்டும். உன் உணர்வுகள் இப்போது உன் கட்டுப்பாட்டில் இல்லை. அதை ஒப்புக் கொள்ளவும் மறுக்கிறாய். இந்தப் புத்தி, நீ செய்யும் அநியாயத்தை

நியாயப்படுத்த உதவுகிறது. ஞானமின்றி வேதாந்தம் பேசுவது மிகவும் அபாயகரமானது. வேதாந்தியாகப் பேசுவதற்கு ஞானம் தேவையில்லை; அரைகுறையான அறிவு போதும்! தியானப் பயிற்சி உன்னை ஒழுக்கசீலனாக்கும். ஆனால் நீ நன்னடத்தையைப் பின்பற்றாமல் தியானம் செய்யத்தொடங்கினால், அரக்கர்களைப் போல் வரம் பெற விரும்புவாய். நன்னடத்தை அவசியம். அதனால் நீ மேம்படுவாய்.

சீடன்: நாம் பின்தங்கிவிடாமல் முன்னேறிக்கொண்டுதான் இருக்கிறோம் என்று எவ்வாறு அறிவது? நாம் எவ்வளவு தூரம் செல்ல வேண்டுமென்று எவ்வாறு அறிவது?

குரு: எடைபோடாதே! முதலில் ''எடை போடாதே'' என்று ஏசு கூறுகிறார். நீ முன்னே சென்றுகொண்டிரு. உன் முன்னே காடு இருந்தால், அதை அகற்றி வழி அமைத்துக்கொண்டு முன்னே செல்! உன் கையில் வாள் இருக்கும்வரை அந்தக் காட்டை அகற்றுவதில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. அமைதி உன்மீது இறங்குவதில்லை. ஆனால், அது உன் உள்ளிருந்துதான் வெளிவரும். நீ காட்டை அகற்றிக்கொண்டு செல். இந்தக் காட்டிற்குள் சிக்கிக்கொண்டேனே என்று அழாதே! பயனில்லை! உன் கண்ணீரைக் கண்டு அந்தக் காடு எந்தப் பாதிப்பும் அடையாமல் சந்தோஷமாக நின்று கொண்டிருக்கும். நீதான் உன்னிடம் உள்ள வாளால் அதை அகற்றிக் கொண்டு, சந்தோஷமாகப் பாடிக்கொண்டு செல். பிறகு, நீ சமவெளிக்கு வருவாய். அங்கே உனக்கு வாள் தேவைப்படாததால், அதைத் தூக்கி எறிந்து விட்டு நட. நீ உன் 'உள்' நடந்து செல்வாய்.

உனக்கு ஒன்று கூற விரும்புகிறேன். சில வழிமுறைகள் காலத்திற்குட்பட்டனவாக உள்ளன. ஒரு நதியைக் கடக்க வேண்டுமென்றால் படகைப் பயன்படுத்த வேண்டும். நதியைக் கடந்து அக்கரையைச் சென்று அடைந்த பிறகு படகால் பயனில்லை. அதன் பிறகு படகைச் சுமக்க வேண்டியதில்லை. நாம் முதல் வகுப்பிலிருந்து தொடங்கி கல்லூரி வகுப்பிலும் அதே புத்தகங்களைப் படித்துக்கொண்டிருக்கக்கூடாது. ஒரு பட்டுப் பூச்சிக்குப் பறக்க வேண்டுமென்றால், அதற்கு அதன் வீட்டைத் துறக்க வேண்டும். அதே போல சில வழி முறைகள் காலத்திற்கு உட்பட்டு இருப்பதால், அவற்றைக் காலம் கடந்தும் பின்பற்றக்கூடாது. முதல் வகுப்பில் கற்கும் எழுத்துகளைக் கொண்டுதான் நீ பட்டப்படிப்பு வரையும் அதற்கு மேலும் படிக்கிறாய். அதற்காகக் கல்லூரியிலும் அ, ஆ என்று எழுத்துகளைப் பயின்று கொண்டிருப்பாயா?

இன்னொரு விஷயம் என்னவென்றால், ''பிறரை எடைபோடாதே'' என்று கூறுவதற்குப் பதில், பொதுவாகவே ''எடை போடாதே'' என்று கூற வேண்டும். அதனால் நீ உன்னையும் எடைபோடாதே. பிறரைக் கவனிக்க முடியும். என்றால், உன்னால் உன்னையும் கவனிக்க முடியும். அது மிகவும் சுவாரஸ்யமாக இருக்கும். உன்னைக் கவனி. தவிர்க்க முடியாத அபிப்பிராயங்களை,

எடைபோடுவது என்று தவறாக எண்ணாதே. மனம் என்று ஒன்று இருக்கும் வரை, அது அடங்காதவரை, அதில் அபிப்பிராயங்கள் இருந்துகொண்டுதான் இருக்கும். அவை இருக்கட்டும். விரும்பியோ, விரும்பாமலோ அவை எல்லாவற்றுடன்தான் நாம் இங்கு வந்திருக்கிறோம். உன் குணக்கேடுகள் உனக்குத் தொந்தரவு அளித்தால் அல்லது அதனால் பாதிப்பு ஏற்பட்டால், நீ நழுவியிருக்கிறாய் என்று தோன்றும். அதற்காக வருந்துவாய். அதனால் நீ நன்மை பெறுவாய்.

சீடன்: நாங்கள் தவறு செய்தால், நீங்கள் எப்பொழுதும் எங்களைக் காப்பாற்ற வருவீர்களா?

குரு: உன்னுடனேயே எப்போதும் குரு இருக்கிறார் என்பதை நீ உணர வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ தவறு செய்யமாட்டாய். ஒரு குரு வந்து ஏன் உன்னைத் திருத்த வேண்டும்? அவர் எப்பொழுதும் உன்னுடனேயே இருக்கிறார். அவர் உன் உள்ளே இருக்கிறார். அப்பொழுது அவர் வந்து உன்னைத் திருத்த வேண்டும் என்ற கேள்வி எங்கிருந்து எழும்? அது மாயையாகும். அது ‘அவித்யா’.

குரு ஒரு விஷயத்தைக் கூறும் பொழுது அது கடினமாகத் தோன்றும். ஆனால், நீ அதன்படி உடனே செயல்பட்டால், அது போகப் போக எளிமையாகி விடும். எளிமையான விஷயங்களைப் பின் பற்றினால்தான் நீ மேன்மையாகக்கூடும்.

நீ தவறு செய்கிறாய். உன் தவற்றை அறியாமலும் இருக்கிறாய். உன் தவற்றை யாரேனும் சுட்டிக் காண்பித்தால், நீ அதை நியாயப்படுத்துகிறாய். உன் தவற்றை ஒப்புக்கொள்ள மறுக்கிறாய். நீ திருந்த வேண்டும் என்பதற்காக உதவ வந்தவனிடம் குற்றம் காண்கிறாய். உன் தவறான செயல்களின் விளைவைக் குரு ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டியதாகிறது. எப்பொழுதும் ஒழுங்கான முறையில் நடந்துகொள். நடத்தை என்பது உன் விருப்பத்திற்கு ஏற்றாற் போல் அமைத்துக்கொள்வது அல்ல. தவமும் நன்னடத்தையும் ஒன்றே. அது தான் எல்லாமாகும்.

நீ விரைவாக முன்னேறிச் சென்றால் அது நன்மையாகும். மற்றவர்களிடம் குறை காணாதே. பிறரைப் பழிக்காதே. எப்பொழுதும் சந்தோஷமாக இரு. நீ எப்போதும் வேலை செய்துகொண்டு, ஆனால், எதனாலும் பாதிப்பு அடையாமல் இரு. நீ ஒரு நதியின் கரையில் அமர்ந்துகொண்டு, நதியின் ஓட்டத்தைப் பார்த்திருக்க வேண்டும் என்று நான் கூறவில்லை. நதியின் வேகத்தை எதிர்த்து சந்தோஷமாகப் பாடிக்கொண்டு நீந்த வேண்டும் என்று கூறுகிறேன்.

சிறு விஷயங்களைக் குறித்துக் கவலைப்படுவதால் பொன்னான காலம் வீணாகிவிடுகிறது. நீ இந்த உலகத்தில் இருக்க வேண்டும். ஆனால், அதில் லயித்து இருக்கக்கூடாது. அதுதான் ஓர் அப்பியாசியின் லட்சணமாகும். பாறையைப் போல் திடமாக இரு! தென்றலைப் போல் இதமாகவும் இரு!

எல்லோரும் அவரவர் கடமைகளை அறிவார்கள். கடமையைச் சரிவரச் செய்பவன் புனிதமானவன். குப்பைகளை அகற்றுவதோ, சாக்கடையைச் சுத்தம் செய்வதோ அல்லது வியாபாரமோ தன் கடமை எதுவாக இருந்தாலும் அதை ஆர்ப்பாட்டமின்றி, சபிக்காமல், நொந்துகொள்ளாமல் சரிவரச் செய்தால், அப்பொழுது நீ பவித்திரம் பெற்ற மனிதனாகிறாய். இது மிக எளிமையான ஒன்று. ஆனால், கடமைகளைச் சரிவரச் செய்ய வேண்டும். இது மிக முக்கியமானது. யாரையும் காயப்படுத்தக்கூடாது. பிறரைக் காயப்படுத்த எந்த உரிமையும் உனக்குக் கிடையாது. பிறரைச் சபிக்கக் கூடாது. அதே போல் உன்னை நீயே சபித்துக்கொள்ளளவும், உனக்கு எந்த உரிமையும் கிடையாது. நாம் எல்லோரும் இந்தக் 'கர்மா', அதாவது வினைகளையும் அவற்றின் விளைவுகளையும் பற்றி அறிவோம். அதற்காக அபத்தமானவற்றுக்கு அடிபணிந்துவிட்டு, வினைப்பயன் என்று மனம் நோகவும் கூடாது.

* * * * * * *

17. கர்மா அல்லது ஊழ்வினை

கர்மா என்றால் என்ன? வினையும் அதன் விளைவுமே கர்மா என்று அழைக்கப்படுகிறது. வினைப்பயனைப் பொறுத்தவரை அதில் எந்த மர்மமும் இல்லை. எந்த வினைக்கும் பயனுண்டு என்பது விஞ்ஞான பூர்வமானது. தர்க்க சாஸ்திரத்தால் ஒப்புக்கொள்ளப்பட்டது. மேலெழுந்த வாரியாகப் பார்க்கும் போது அவ்விதம் தோன்றாவிட்டாலும், அணுகி ஆராய்ந்தால், ஊழ்வினை என்பது காரண ரீதியானதே என்பது விளங்கும்.

கர்மா அல்லது ஊழ்வினை என்பது நீ முன்பு செய்த செயல்களால், நீ உனக்கு ஏற்படுத்திக்கொண்ட விளைவுகளாகும். உன்னுடைய குடும்பத்திலுள்ள ஒவ்வொரு நபருக்கும், நீ உன் ஊழ்வினையால் கடமைப்பட்டிருப்பதனால் உன் கடமைகளை ஒழுங்காகச் செய்யாவிட்டால், நீ கர்மச் சுழலை முடித்தவனாகமாட்டாய். உன் கடமைகளிலிருந்து நீ விலகி ஒடினால் உன் ஊழ்வினை இன்னும் அதிகரிக்கவே செய்யும்.

* * * * * * * *

சீடன்: ஊழ்வினையை எவ்வாறு கடந்து செல்வது?

குரு: இதை அறிந்துகொள். எதை நிர்வகிக்க முடியுமோ அதை நிர்வகிக்காவிட்டால், இறுதியில் அது உன்னால் சமாளிக்கவே முடியாத ஒன்றாகிவிடும். இவ்வாறுதான் நீ புதிய முனைப்புகளையும் (tendencies) மேலும் ஊழ்வினையையும் ஈட்டிக்கொள்கிறாய். இப்பொழுது நீ ஒருவனைத் திட்டுகிறாய் என்று வைத்துக்கொள். இது கர்மாவாகும். ஆனால், கர்மா அல்லது ஊழ்வினையைத் தவிர்ப்பது சாத்தியமே! அது எவ்வாறு? நீ அவனைத் திட்டும் பொழுதே அதை உணர்ந்து, வார்த்தைகளை கவனமின்றி நழுவ விடுகிறாய் என்பதையும், உணர்ச்சிகளை அடக்கிக் கொள்ளாததால் அவ்விதம் நேர்ந்து என்பதையும் புரிந்துகொண்டு உன்னைச் சரி செய்து கொண்டால் நீ ஊழ்வினையைத் தவிர்க்கலாம். இவ்வாறு நீ உன் உணர்ச்சிகளை சரிவர நிர்வகிக்காவிட்டால், பிறகு உன்னால் சமாளிக்க முடியாத ஒரு புதிய முனைப்பு உன்னைத் தொற்றிக் கொள்ளும்.

இரண்டு விஷயங்கள் உள்ளன. ஒன்று, நாம் ஏற்கனவே நம்முடன் சேர்த்துக்கொண்ட முனைப்புகள்; மற்றொன்று, இப்பொழுது புதிதாகச் சேர்த்துக்கொண்டிருப்பவை. நான் ஒரு சிறிய உதாரணம் கூறுகிறேன். ஓர் இடத்தில் கொஞ்சம் நீர் தேங்கி இருக்கிறது. சற்றுத் தொலைவில் இன்னும்

சிறிது நீரும் தேங்கியிருக்கிறது என்று வைத்துக்கொள்வோம். நிலம் சரிவாக இருந்தால், ஓரிடத்தில் இருக்கும் நீர் ஓடி வந்து கீழே தேங்கி இருக்கும் நீருடன் சேர்ந்து விடும் அல்லவா? அதேபோல் நீ ஏற்கனவே சேர்த்து வைத் திருக்கும் முனைப்புகளுடன் இவ்வுலகத்திற்கு வந்திருக்கிறாய். நீ உன்னைச் சரிவர நிர்வகித்துக் கொள்ளாவிட்டால் மேலும் மேலும் முனைப்புகளைச் சேர்த்தவண்ணம் இருப்பாய்.

'சிறு துளி, பெருவெள்ளம்' என்பதை ஓர் உருவகமாக நீ நம்புகிறாய். ஆனால், அதை முழுமையாக உணரவில்லை. எதையுமே நீ முழுமையாக உணர வேண்டும். இதற்கு எந்த விதமான குறுக்கு வழியும் கிடையாது. வானம் பார்வைக்கு ஒரு விதானம் போல் தோன்றுகிறது. ஆனால், உண்மையில் அது அவ்வாறில்லை. அது அவ்வாறு உனக்குத் தோற்றமளித்து ஏமாற்றும் போதெல்லாம் "இது வெறும் தோற்றம் மட்டுமே! உண்மையில் வானம் ஒரு விதானம் அல்ல" என்று உனக்கு நீயே கூறிக்கொள். அது போல் கடலுக்கு முன்னே அமர்ந்திருந்தாலும் "கடலே, உன் ஆரம்பம் ஒரு சிறு நீர்த்துளிதான், இதை அறிவேன்" என்று கூறிக்கொள். இதனால் உனக்கு ஆச்சரியம் ஏற்படுவது தவிர்ந்து போகிறது. நீ வியப்பில் ஆழ்ந்து விட்டால் பின்னணியில் இருக்கும் உண்மை விளங்காது போய்விடும். "சிறு துளி பெருவெள்ளம்" என்பதை ஊழ்வினைக்கும் பொருத்திப்பார். ஒரு சிறுதுளி நீர்தானே என்று எண்ணாதே. ஏனென்றால், கடல்களின் ஆரம்பம் சிறு நீர்த்துளிகள்தான் என்ற உண்மை உறுதியானது. ஒரு துளி சிந்தி விட்டால், அதற்காக உன்னைச் சபித்துக்கொள்ளாதே. இன்னொரு துளி சிந்தாமல் பார்த்துக்கொள். "நான் இவ்வளவு ஜாக்கிரதையாக இருந்தும் இது ஏன் கவனத்தை விட்டு நழுவிவிட்டது. இது இனிமேல் நிகழாமல் இன்னும் கவனமாக இருக்க வேண்டும். இன்னொரு துளி சிந்திவிடக்கூடாது," என்று உனக்கு நீயே கூறி கொள். மற்றவரைத் திருத்துவதற்குப் பயன்படுத்தும் வழிமுறைகளை நீ உனக்கே உபயோகித்துக்கொள். அவ்வளவே!

சீடன்: 'விதிக்கப்பட்டது' என்றால் என்ன?

குரு: கர்மா அல்லது ஊழ்வினை என்பது நீயே உனக்கு உண்டாக்கிக் கொண்ட முன்பு செய்த செயல்களின் விளைவு. இந்த முடிவில்லாத சுழலிலிருந்து நீ தப்பி வருவதற்கு மேலிருந்து சில விதிமுறைகள் தரப்பட்டுள்ளன. இவற்றைத்தான் 'விதிக்கப்பட்டது' என்று குறிப்பிடுகிறோம். தங்களை உணர்ந்து கொண்ட மஹான்கள் தாங்கள் கடைப்பிடித்த வழிமுறையை உங்களுக்கு விட்டுச் சென்றிருக்கிறார்கள். உனக்காக ஒரு பாதை அமைத்துக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது. நீ அவ்வழியில் சென்று அவர்களைப் பின்பற்றினால், இந்த கர்மச்சுழலிலிருந்து வெளிவந்து உன்னை நீ அறிந்துகொள்ள முடியும். 'விதிக்கப்பட்டதை,' மாற்ற முடியாது, ஏனெனில் 'விதிக்க்ப்பட்டது' உன் நல்வினைகளாலும், தீவினைகளாலும் ஏற்படும் விளைவுகளுக்குத் தொடர்புடையது.

சீடன்: ஒருவன் தன் வினைகளுக்குத் தகுந்தாற்போல் பலன் அடைகிறான் என்றால், 'இறையருள்' எங்கிருந்து வருகிறது? அது எவ்வாறு நேர்கிறது?

குரு: இறையருள் எப்பொழுதும் இருக்கிறது. ஒருவன் இந்தக் குழப்பம் அல்லது சிக்கலிலிருந்து வெளி வர வேண்டுமென்று எந்தத் தருணத்தில் விரும்புகிறானோ, அப்பொழுது இறைவனின் அருள் தன்னுள் நுழைவதை உணர்கிறான். அந்த அருளால் நிறைய விஷயங்களின்மீது அவன் வைத்திருக்கும் தன் தவறான அபிப்பிராயங்களை மாற்றிக்கொண்டு ஒழுங்கான முறையில் நடப்பான். இந்த அருள் அவனுக்கு நல்வழியில் நடக்க உற்சாகம் அளிக்கும். அதற்குப் பிறகு அவன் ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையை அடையும் போது 'இறையருள்' எப்பொழுதும் எல்லா இடத்திலும் உள்ளதே என்பதை உணர்ந்து கொள்வான். அப்போதுதான் அவன் வினையின் பிடியிலிருந்தும் வெளி வருவான். அத்தருணத்தில் இருந்து அவனால் எதையும் விதிக்க முடியும்.

சீடன்: ஆத்மா ஆகாய வடிவத்தில் உள்ளது. பரப்பிரும்மமும் ஆகாய வடிவத்தில் உள்ளது. அப்படியிருக்கும்போது பிறப்பெடுக்கும் ஒருவனுக்குத் தனித்துவம் எப்படிச் சாத்தியமாகிறது? உடலிலிருந்து உயிர் பிரிந்துவிட்டால், இந்த ஆகாய வடிவிலுள்ள ஆத்மா, ஆகாயத்துடன் ஒன்றி விடுகிறது. ஆத்மாவை எது எடுத்துச் செல்கிறது?

குரு: வாசனைகள் ஓங்கி நிற்கின்றன. ஆத்மா, தான் பவித்திரமான ஆகாயம் என்பதை உணர மறுக்கிறது. தன்மீது வாசனைகளைப் பதித்துக்கொள்கிறது. ஆனால், அந்த ஆத்மா விடுபட்டு இருக்கும். இந்த வாசனைகளும் அவற்றின் தன்மைகளும் அதைச் சுற்றி இருக்கும். ஆனால், இந்த மனம் தன்னை ஆத்மா என்று எண்ணிக் கொள்ளும். இப்பொழுது நீ பேசிக்கொண்டிருக்கிறாய். இப்பொழுதும் உன் உள்ளிருக்கும் இந்த ஆத்மா விடுபட்டுச் சுதந்தரமாகத்தான் இருக்கிறது. ஆனால், மனம் தன்னை ஆத்மா என்று எண்ணிக்கொள்கிறது. இருந்தாலும் மனத்தின் ஒரு பகுதி மேல் எழும்பி, "மனமே! நீ ஆத்மா இல்லை என்று நான் அறிவேன். அதனால் நீ வெளியே சென்றுவிடு" என்று கூற, அதற்கு மனத்தின் மறுபகுதி, "ஓ! நீ என்னைக் கண்டுபிடித்துவிட்டாய். அதனால் நான் வெளியே செல்வதைத்தவிர வேறு வழியில்லை" என்று சொல்லி நீங்குகிறது. போனது, மனத்தின் ஒரு பகுதி என்றால், போகச் சொன்னதும் மனத்தின் ஒரு பகுதிதானே! அந்த மனமும் போக வேண்டும் அல்லது உள்ளே மூழ்க வேண்டும்.

சீடன்: ஆத்மாவும், பரமாத்மாவும் ஆகாய வடிவே என்பதைத்தான் அத்வைத தத்துவம் என்று கூறுகிறார்களா?

குரு: நீ அதற்கு எந்தப் பெயர் வேண்டுமானாலும் சூட்டலாம். அது பொருத்தமாக இருக்கும்; இனிமையாகவும் இருக்கும். ஆனால், நீ தியானப்பயிற்சி செய்ய வேண்டும். நீ தியானப்பயிற்சியை விச்ராந்தியாகச் செய்ய வேண்டும். எல்லாமே உன் வசம் இருப்பதை நீ அறிய வேண்டும்.

உனக்குத் தியானம் செய்ய வழிமுறை கொடுக்கப்பட்டிருகிறது. தியானம் செய்வதற்கு இடமும் உள்ளது. நீ மனத்தனால் குழப்பத்தை உண்டாக்காதே.

நான் இதை ஓர் எளிய உதாரணத்தோடு விளக்குகிறேன். உன் வீட்டில் கடிகாரம் உள்ளது. நீ அதற்குச் சாவி கொடுக்கிறாய். பிறகு, உன் வேலையைக் கவனிக்கிறாய். ஒவ்வொரு விநாடியும் கடிகாரம் டிக், டிக், டிக் என்று ஓடுகிறதா என்று கவனித்துக்கொடேயிருக்கிறாயா? அப்படிச் செய்தால் உனக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிடும். கடிகாரம் சாவி கொடுக்கப்பட்டிருப்பதைப் போல் நீ இயங்க வேண்டிய முறைமையும் உன்னில் பொதிந்திருக்கிறது. உன் இலக்கு என்ன என்பதையும் நீ அறிவாய். குழப்பமடையாதே. எதையுமே அமைதியாகவும், சாவகாசமாகவும் செய்ய வேண்டும். விஷயங்களை ஒவ்வொன்றாக எடுத்துக்கொள். எதையும் உன்னுடன் சம்பந்தப்படுத்திக் கொள்ளாதே. அது தவறு. உன்னைச் சம்பந்தப்பட்டிருக்கும் விஷயம் உன்னுடையதாக இருக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆத்மா ஒன்றுதான் உன்னைச் சம்பந்தப்பட்டதாகும். மற்ற எந்த விஷயமும் உன்னைச் சம்பந்தப்பட்டதல்ல.

உனக்கு உடல். இருக்கிறது. நீ அறிவாய்! மனம் என்று ஒன்றும் இருக்கிறது. அதையும் அறிவாய். அதில் கணக்கற்ற எண்ணங்கள் உள்ளன. அதனால் என்ன? அவை இருக்கட்டுமே. அவற்றை எப்படிச் சமாளிப்பது என்றும் நீ அறிவாய்!" எண்ணங்களை ஒவ்வொன்றாகச் சமாளி. பிறகு சிறிது ஓய்வு கிடைக்கும்.

அப்பொழுது நீ உன் 'உள்' சென்று நீ யார் என்று விசாரணை செய். "இந்த 'நான்' நன்றாக இருக்கிறதா அல்லது அதற்குத் தேவை ஏதும் உள்ளதா?" என்று பரிசீலனை செய். இவ்வாறு தினந்தோறும் உன் உடல், உன் மனம், உன் எண்ணங்களை உன்னிலிருந்து தனிப்பட்டவையாகக் கருதி அவற்றைச் சரிவரக் கவனித்து வா. உடல், மனம், எண்ணங்கள் இவையெல்லாம் நீ அல்ல. இவற்றுக்கெல்லாம் சாட்சியாக இருப்பது தான் நீ.

சீடன்: நாம் சேகரித்துக்கொள்வதெல்லாம் ஓரிடத்தில் சேமிப்பு ஆகிவிடுமா?

குரு: நீ முற்பிறவியில் ஏற்கனவே சேமித்தது, இப்பொழுது சேகரிப்பது, இப்பொழுது சேமிப்பது இவற்றில் இப்பொழுது சேமிப்பது ஏற்கனவே சேமித்ததுடன் கலந்ததனால் கட்டிகள் ஏற்படும். இந்தக் கட்டிகளைத்தான் உளவியலில் 'Complex' என்று சொல்கிறார்கள். உனக்கே காரணம் தெரியாமல் இருக்கும். உள் தவறான மனப்போக்குகள் உன் அகத்தோற்றத்தை நிர்ணயிக்கின்றன. அழுகிய நிலையில் கட்டி தட்டிப்போன உன்னுடைய பழைய புதிய சேமிப்புதான், அத்தகைய உன் மனப்போக்குகள். நீ சேகரிப்பதை நிறுத்த வேண்டும். அதிக அளவு சேகரித்துவிட்டதால் உள்ளே சேமித்து வைத்திருக்கிறாயே, அதை அகற்ற வேண்டும். தானியங்கள் சேமிக்கும்

கிடங்குகளில் சென்று பார்த்தால், அங்கே தரையில் தானியங்கள் கொட்டியிருக்கும். அவற்றை அகற்றுவது மிகவும் கடினம். தானியங்கள் அங்கே ஈரம் தாக்கி ஒன்றோடொன்று சேர்ந்துகொண்டு கட்டிகளாகித் தரையில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கும். அவை கல்லைப்போல் இறுகிப் பார்ப்பதற்கே அருவருப்பாக இருக்கும். இந்தக் கட்டிகள், உளவியலில் சொல்லப்படும் 'Complex' என்பதற்கு ஒப்பானவை. 'Complex' என்பதைத் தமிழில் மனப்பான்மை என்று கூறலாம்.

தானியங்களைச் சுத்தமான, ஈரமில்லாத காற்றோட்டமான இடத்தில் வைக்க வேண்டும். அது போல, எண்ணங்கள் குடி கொண்டிருக்கும் மனத்தையும் மூடி மூடி வைக்காமல் காற்றோட்டமாக வைக்க வேண்டும், முன்பு எப்போதோ சேமித்து வைத்த அழுகிப் போனவற்றைக் களைந்து உனக்கே காரணம் தெரியாமல் உனக்கிருக்கும் மனப்போக்குகளை மாற்றிக்கொள்ள வேண்டும். நீயாக எண்ணங்களை மனம் போன போக்கில் இணைத்து அபிப்பிராயங்களை உருவாக்கிக்கொள்ளக்கூடாது. எச்சரிக்கை இல்லாவிட்டால் தானியக் கட்டிகள் நிச்சயம் தரையில் ஒட்டிக்கொள்ளும்.

உன்னை நீயே உயர்வாக நினைத்துக்கொள்வதும், உன்னை எல்லோரும் துன்புறுத்துவதாக நினைத்துக்கொள்வதும் தவறு. இரண்டுமே பைத்தியக் காரத்தனம். புத்தி சுவாதீனமில்லாதவர்களுள் ஒருவன் வாய் பேசாமல் இங்கு மங்கும் வெறித்துப் பார்த்துக்கொண்டிருப்பான். மற்றொருவன், கையில் கிடைப்பவற்றையெல்லாம் உடைத்துக்கொண்டிருப்பான். இன்னொருவன் ஓயாமல் கத்திக்கொண்டிருப்பான். இவர்களுள் எவனை மேல் என்று சொல்வது? தவறான மனப்போக்குகளுக்கும் இது பொருந்தும். அதைவிட இது பரவாயில்லை என்று மனத்தின் அடித்தளத்தில் அழுகிக் கிடக்கும் ஆரோக்கியமற்ற மனப்போக்குகளில் எதைச் சொல்வது? சேமித்து வைத்திருப்பவற்றை அளைந்து ஆராய்ந்து அழுகிப்போனவற்றைக் களைந்து, மீதமிருப்பவற்றைச் சுத்தமாகவும் காற்றோட்டமாகவும் வைத்திரு. வெங்காயத்தில் ஒன்றுக்குள் ஒன்றாகத்தான் இருப்பது போல் மனமும் பிரிவு பிரிவாகத்தான் இருக்கிறது. ஆனால், அவற்றைப் பொருட்படுத்த வேண்டிய அவசியமில்லை. நீ எவ்வளவு உணர்வுடன் இருக்கிறாய் என்பது ஒன்றுதான் முக்கியம். நீ உண்மையை எந்த அளவுக்கு உணர்கிறாய் என்பது ஒன்றுதான் முக்கியம்.

சீடன்: இந்த உணர்வின் அளவுகோல் என்ன?

குரு: உணர்வின் நிலை உயர்வது வளர்ச்சியைப் பொறுத்ததல்ல. அது கண்டுபிடிப்பாகும். ஒரு மரத்தை வளர்க்கலாம். ஆனால், நதியை வளர்க்க முடியாது. உணர்வு என்பதன் அளவு எல்லா மனிதர்களிடமும் மிக உயர்ந்த அளவில் சிறப்பாக வெளிப்பட்டுள்ளது. இருப்பினும், பிறவிதோறும் இயல்புகள் பலவற்றை அடைந்து அவற்றைச் சேமித்திருப்பதால் மனிதன் உணர்வு மழுங்கி மாயையால் சூழப்பட்டிருக்கிறான். சேமித்து வைத்திருப்பவற்றைச்

சரிவரக் கவனிக்காவிட்டால், மனத்தில் அடித்தளத்தில் ஆரோக்கியமற்ற மனப்போக்குகளாக அவை கட்டி தட்டிப் போகும் என்று பார்த்தோமல்லவா? அவற்றால் ஏற்படும் மாயை நீங்கி உணர்வு நிலையின் முழுப் பொலிவையும் மனிதன் தெரிந்துகொள்வது, ஒரு கண்டுபிடிப்பே தவிர, வளர்ச்சி இல்லை.

சீடன்: மனப்பான்மை (Complex) எவ்வாறு உருவாகிறது? அதைக் குறித்து நாம் என்ன செய்ய வேண்டும்?

குரு: மனப்பான்மை (Complex) இரண்டு வகையானது. ஒன்று, ரம்யமானது; மற்றொன்று, இனிமையற்றது. நீ சேகரித்துக்கொண்ட அபிப்பிராயங்களின் சேர்க்கையே ‘ மனப்பான்மை' ஆகும். பன்முகப்பட்ட விஷயங்களின் சேர்க்கையே மனப்பான்மைக்கு முன்னோடி. பிரக்ஞையும் மனபான்மைதான், ஆனால் அதில் நல்லதென்றும், அல்லாததென்றும் குணபேதம் கிடையாது. நீ பிறந்த நாள்தொட்டுப் பிற மனிதர்களுடன் ஏற்படும் பழக்கத்தால் நீ சேகரிக்கும் அவர்களுடைய அபிப்பிராயங்களை உன்னோடு சம்பந்தப்படுத்திப் பார்ப்பதால் நீ அவற்றைச் சேமிக்கிறாய். அந்தச் சேமிப்பு மூளை சம்பந்தப்பட்டது. புத்தியைச் சார்ந்ததல்ல. இதுதான் நுட்பமானது. ஆனால், புத்தி சம்பந்தப்படாத இன்னொன்றும் உள்ளது. அதுவும் உன் மூளையில் சேமித்து வைத்திருக்கும் ஒன்றுதான். அதுதான் நீ முற்பிறவிகளில் சேகரித்து, சேமித்த அபிப்பிராயங்கள்.

நீ இப்பிறவிபில் சேகரித்தவை, நீ முற்பிறவிகளில் சேமித்தவையோடு ஒன்றுசேரும் போதுதான் பிரச்சினையே தோன்றுகிறது. இப்பொழுது பார்த்தால், இப்பிறவியில் எந்தச் சூழ்நிலையிலும் பழைய சேமிப்புக்கு முக்கியத்துவம் இல்லாதது போல் தோன்றுகிறது. ஆனால், பழைய சேமிப்பு இருக்கும் இடத்தில்தான் இந்த ஜென்மத்தில் நீ சேகரிப்பதும் வைக்கப்படுகிறது. அதனால் இந்தப் பிறப்பில் நீ சேகரித்ததைச் சேமிப்பதற்காக இந்த இடத்திற்குள் நீ செல்லும்போது பழையவை மீண்டும் செறிவூட்டப்படுகின்றன. இவை புத்தி சம்பந்தப்பட்டவையல்ல. அதனால் இப்போது நீ சேமிப்பவற்றுக்கும் முன்பு சேமித்தவற்றுக்கும் இடையே ஒரு முரண்பாடு எழுகின்றது.

நீ நெல் அல்லது அரிசியைச் சேமிக்கிறாய் என்று வைத்துக்கொள்வோம். பழைய தானியங்களும் புதிய தானியங்களும் ஒரே ரகத்தைச் சேர்ந்தவையாக இருக்கலாம். ஆனால் முன்பு நீ சேமித்து வைத்திருப்பவற்றின் நிறம் இந்த ஜென்மத்தில் மாறுபட்டிருக்கும். இந்தப் பிறப்பில் நீ சேமிப்பவை பழையவற்றோடு இரண்டறக் கலக்க முடியாது. ஏனென்றால், இப்பொழுது நீ சேகரித்தவை புதியனவாக இருக்கும். பழையவை அழுகக்கூடத் தொடங்கியிருக்கலாம். ஒரு நல்ல புதிய பழத்தைக் கெட்டுப்போன பழத்துடன் வைத்தால் அந்தப் புதிய பழமும் அழுகிவிடக்கூடும். ஆனால், அதே சமயம், அனுபவமில்லாத ஒருவனை அதிக அனுபவம் பெற்ற ஒருவனுடன் இருக்க வைத்தால் அவன் மற்றவனுடைய அனுபவத்தால் நன்மை பெறுவதற்கான சாத்தியக் கூறும் உள்ளது. அதனால் உன் பழைய சேமிப்பு பயன்படக்கூடிய அனுபவங்களா அல்லது கேடு விளைவிக்கக்கடிய அழுகலா என்று தெரிந்து கொள்ள

வேண்டும். அதை எவ்வாறு தெரிந்துகொள்வது? மேலோட்டமாகப் பார்த்தால் எல்லாமே அனுபவங்களாகவும் பழமையாகவும் தோன்றும். ஆனால், பழமையானவை அழுகவும் கூடும். புரிகிறதா?

சீடன்: புரிகிறது, அவற்றைத்தான் வாசனைகள் என்று கூறுகிறார்களா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! இவை வாசனைகளுக்கும் கூடச் சற்று அப்பாற்பட்டவை. ஏனெனில், வாசனைகள் அடிப்படையில் முனைப்புகளே (Tendencies). இந்த முனைப்புகளுக்கும் முன்னோடியாக ஓர் அறிவு இழையோடுகிறது. அந்த அறிவுதான் இந்த வாசனைகளையும் குணங்களையும் ஆளுகிறது. அதைத்தான் நான் சேமிப்பு என்று அழைக்கிறேன்.

சீடன்: புதிய சேமிப்பு உண்டாகுமா?

குரு: ஆமாம்! புதிய சேமிப்பு என்றால் என்ன? சேமிப்பு அறையைக் காலி செய்ய வேண்டும். எது தேவையோ அதை மட்டும் நீ உண்ணவேண்டும். ஒரு வேளை, உணவுக்கு எவ்வளவு தேவ்வயோ அவ்வளவுதான் பொருளீட்ட வேண்டும். நீ இப்பொழுது உணவருந்த வேண்டுமானால் அவ்விதமே செய்! ஆனால், எதையும் சேமிக்காதே! நாளைக்கு வேண்டுமே என்று சேமித்து வைக்காதே. சேமிப்பே இல்லாமல் இருப்பதற்கு என்ன செய்ய வேண்டும்? மிகப் பழைய தானியங்களை அகற்ற வேண்டும். இதை உன்னால் சுலபமாகச் செய்ய முடியும். அதற்காகத் தானியங்களை எண்ண வேண்டிய அவசியமில்லை. ஒரே பார்வையில் எது அழுகல், எது அனுபவம் என்று உன்னால் இனம் காண முடியும். தேவையற்ற பகுதியை எறிந்துவிடு. சிறந்தவற்றை ஒன்றாகக் கலந்து விடு. மேற்கொண்டு எதையும் சேமிக்காமல் பார்த்துக்கொள்.

சீடன்: ஆனால், இவ்வாறு செய்வதற்கு நாம் நம் 'உள்' பார்க்கும் திறம் வேண்டுமே! ஒருவன் தன்னுள் எவ்வாறு செல்வது?

குரு: சேமிப்பு உன் 'உள்' இருந்தால், திறனும் உன் உள்தான் இருக்கிறது. எல்லாமே உன் மூளையின் உயிரணுக்களில்தான் பதிவு செய்து வைக்கப்பட்டுள்ளதே தவிற ஆகாயத்திலோ அல்லது மற்றொரு கிரகத்திலோ வைக்கப்படவில்லை. விடமல் தியானப்பயிற்சி செய்தால் மூளையின் உயிரணுக்கள் இயக்கம் பெற்று உனக்கு எல்லாக் கதவுகளையும் திறந்து விடும். இது மிகவும் எளிதானது. நீ அஹிம்சையைப் பின்பற்றும் ஒரு மேலான குடும்பத்தில் பிறப்பெடுத்தும், கொலை செய்ய வேண்டும் என்ற உந்துதல் உன்னைப் பீடிக்குமானால், அது முன் ஜென்மத்தில் நீ சேமித்தது என்று அறிந்துகொள். இதை மிகச்சுலபமாக அறிந்துகொள்ளலாம். நீ இதற்கென்று நேரம் எடுத்துக்கொண்டு, விச்ராந்தியாக இத்தகைய விவரங்களை ஊன்றிக் கவனிக்க வேண்டும்.

நீ மரத்தை மேலோட்டமாகப் பார்த்து, அதிலிருக்கும் பூக்களின் அழகை மட்டும் பார்த்துப் பிரமித்துப் போய்விடாதே. கூர்ந்து கவனி; மரத்தில்

வசிக்கும் பல விதமான ஜீவராசிகள் உனக்குத் தென்படும். நிறைய சிறு எறும்புகள், சிறிய பூச்சிகள், பறவைகள் மரத்தில் வசிக்கின்றன. அவை அதில் சந்தோஷமாக வாழ்கின்றன. இலைகளின் சலசலப்பில்கூட ஓர் ஏற்றம் தொனிக்கிறது. இந்த விவரங்களையெல்லாம் நீ கவனிப்பாய் என்று நம்பித்தான் பூக்கள் உன்னை அழைக்கின்றன. ஆனால், நீ பூக்களைப் பார்ப்பதோடு நின்று விடுகிறாய்; அல்லது அவற்றைப் பறிப்பதோடு நிறுத்திக்கொள்கிறாய்! நீ நேரம் எடுத்துக்கொண்டு விச்ராந்தியாக இத்தகைய விவரங்களை ஊன்றிக் கவனிக்க வேண்டும்.

இப்பொழுது நீ உன் ஆத்மாவை உணராதவனாக இருக்கலாம். ஆனாலும் குறைந்த பட்ச பிரக்ஞை உனக்கு இருப்பதை நீ மறுக்க முடியாது. உனக்கு மட்டுமல்ல, எல்லோருக்கும் இது உள்ளது. இந்தக் குறைந்த பட்ச உணர்வை வைத்துக்கொண்டு உன்னிடமிருந்து நீக்குவதற்குக் கடினமாக உள்ளவற்றை நீ இனம் காண முடியும். அவையே நீ முற்பிறவிகளில் சேமித்துக்கொண்டு இப்பிறவிக்கு எடுத்து வந்தவை!

சீடன்: முன் ஜென்மத்தில் சேமித்ததை அடுத்த பிறவியில் எடுத்துக் கொண்டு வருவது எவ்வாறு நேரும்?

குரு: இதைக் கவனத்துடன் கேள். நீ சேமிப்பதை நிறுத்துவதற்கு ஒரு வழிமுறையைக் கண்டுபிடித்திருக்க வேண்டும். அதே சமயத்தில் வாழ்ந்து கொண்டும் இருக்க வேண்டும். இதை அடையாவிட்டால், சேமிப்பைத் தொடர்ச்சியாக ஒவ்வொரு பிறவியிலும் எடுத்துக்கொண்டு வருவது தொடரும். இன்னொன்று! நீ ஏற்கனவே சேமித்து வைத்திருப்பதை அகற்றி விடவும் வேண்டும். அலுவலகத்தில் கோப்புகளை (files) உடனுக்குடன் பைசல் செய்து அனுப்பாவிட்டால் அவை சுமந்து போகும்; அவற்றின் மேல் தூசு படியும் தெளிவற்ற எழுத்துகளோடு இருக்கும் அந்தப் பழைய காகிதங்களை சுலபமாக அகற்றிவிடலாம். அதனால் நீ தினந்தோறும் தரையைச் சுத்தமாகப் பெருக்கி, தேவையான காகிதங்களைக் கட்டி, ஓர் அழகான ஒழுங்கான இடத்தில் அவற்றை வைக்க வேண்டும். தேவையற்ற மக்கிப்போன காகிதங்களைத் தூர எறிந்துவிட வேண்டும்.

சீடன்: இதைத்தான் கர்மபலன் என்று கூறுகிறார்களா?

குரு: கர்மா என்றால் என்ன? வினையும் அதன் விளைவுமே கர்மா என்று அழைக்கப்படுகிறது. வினைப்பயனைப் பொறுத்தவரையில் அதில் எந்த மர்மமும் இல்லை. அது விஞ்ஞானபூர்வமானது; தர்க்க சாஸ்திரத்தால் ஒப்புக் கொள்ளப்பட்டது. மேலெழுந்தவாரியாகப் பார்க்கும் போது அவ்விதம் தோன்றாவிட்டாலும், அணுகி ஆராய்ந்தால் 'ஊழ்வினை' (கர்மா) என்பது காரண காரிய ரீதியானதே என்பது விளங்கும்.

சீடன்: எல்லாம் காரணத்தைப் பொறுத்தது என்றால் அப்பொழுது அருள் எங்கிருக்கிறது?

குரு: காரணத்தை அறிந்துகொள்வதற்கு அருள் தேவை. அருள் இல்லை என்றால் உன்னால் எதையும் அறிந்துகொள்ள முடியாது. நீ விழிப்புடன் இருப்பதை அறிவாய். ஆனால், இந்த விழிப்பை உனக்குக் கொடுத்தது அந்த இறைவன்தான் என்று நீ உணர வேண்டும். அது அவன் அருள். மரம் பழங்களைக் கொடுக்கிறது. ஆனால் அது பூமியின் கருணையால் தானே சாத்தியமாகிறது.

சீடன்: ஒருவனுக்கு நிகழ்பவற்றுக்கெல்லாம் ஊழ்வினை (கர்மா) தான் காரணமா?

குரு: ஊழ்வினை மிகவும் நுட்பமானது; அதற்குப் பல மடிப்புகளும், முகங்களும் உள்ளன. உனக்கு நிகழ்பவை இரண்டு விதங்கள். ஒன்று, நீ முன்பு செய்ப வினையின் பயன். நீ அந்த வினையைக் கடந்த நொடியிலும் செய்திருக்கலாம்; அல்லது முற்பிறவியிலும் செய்திருக்கலாம். இரண்டாவது, மேலிருந்து உன் முன்னேற்றத்தைக் கண்காணித்துக்கொண்டிருக்கும். மஹான்கள் உனக்குச் சிலவற்றை நிகழ வைத்து நீ எவ்வாறு நடந்து கொள்கிறாய் என்று கவனிக்கிறார்கள். நீ இங்கேதான் கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும். உன் வினைப்பயனுக்கும் உன்னைச் சோதிக்கக் கொடுக்கப் பட்டவற்றுக்கும் இடையே உள்ள வித்தியாசத்தை நீ உடனே அறிந்து கொள்வதற்கு எந்த வழியும் இல்லை. ஆனால், இவை இரண்டிலுமே சிக்கிக்கொள்ளாமல், காயப்படாமல் வெளிவருவதற்கு வழி உள்ளது. அது அனுமன் பின்பற்றிய வழி. அவர் கர்மாவிலிருந்து தப்பிக்க நினைக்கவில்லை. ஆனாலும், அவர் எப்பொழுதும் கட்டுண்டு இருக்கவில்லை. விடுபட்டே இருந்தார். அது எவ்வாறு? அவர் சிறந்த அறிவாளி, புத்திமான், கம்பீரமும் அழகும் நிரம்பிய செயல் வீரன்; மிகுந்த பலசாலி. ஆனால், அதே சமயத்தில் மிகுந்த பணிவும் அடக்கமும் கொண்டவர். ஓர் அரக்கன், பாறையை அவர் மீது எறிந்தாலும், தேவர்கள் வரம் தந்தாலும் இரண்டையுமே இறைவனின் ஆசீர்வாதம் என்ற பணிவன்புடன் கைகூப்பியவாறு ஏற்றுக்கொண்டார். இது மிக முக்கியமானது. அவர் பிறருக்குக் கொடுத்த போதும், ''இறைவன் என் மூலம் கொடுக்கிறார். நான் கொடுக்கவில்லை. நான் கைகூப்பியபடி அவன் செயலைச் சாட்சியாகக் கவனித்துக்கொண்டிருக்கிறேன்'' என்று நம்பினார். அதனால்தான் அனுமன் வினைப்பயனால் கட்டுண்டிருக்கவில்லை. அவர் சிரஞ்சீவியுமானார்.

சீடன்: ஓர் அளவுக்கு மனிதர்கள் கஷ்டப்படத்தான் வேண்டும் அல்லவா?

குரு: மனிதர்கள் 'கஷ்டப்படுகிறார்கள்' என்று சொல். கஷ்டப்படத்தான் வேண்டும், என்று கூறுவதைத் தவிர்த்துவிடுவோம். மனிதர்கள் கஷ்டப்படந் தான் வேண்டும் என்று கூறிவிட்டால் ஊழ்வினைக்கு நீ முழுமையாக

அடிபணிகிறாய் என்று ஆகிறது. ஊழ்வினை தவிர்க்க முடியாததுதான். ஆனால், அதற்கு முழுமையாக அடிபணிவதைத் தவிர்க்கலாம். பிரார்த்தனைகள் மூலம் சிலவற்றை மாற்றிவிடலாம். நீ குறைபட்டுக் கொள்ளாதவனாக இருந்தால், பிறர் நன்மைக்காக எப்பொழுதும் பிரார்த்தனை செய்யும் ஒரு தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட கூட்டத்துடன் சேர்ந்து விடுவாய். அங்கே உனக்கு முழுமையான திருப்தி ஏற்படும். 'இப்பிறவி' பிறருக்குப் பயன்படுகிறது என்பதே அந்தத் திருப்தி!

ஒரு சிறிய அளவில் பொருள்ரீதியாகவும் ஏதாவது ஒரு வகையில் பிறருக்கு நீ உதவி செய்துகொண்டிருக்கலாம். ஏழைகளுக்கு உணவு அளிக்க வேண்டும். இதை நேர்மையோடும், பணிவோடும் செய்ய வேண்டும். நம்மைப் பெரிதாகக் கருதிக்கொண்டு உபகாரம் செய்யக்கூடாது. பிறருக்கு உபகாரம் செய்யும் நிலையில் நீ இருப்பது கடவுளின் ஆசீர்வாதம் என்று எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். உன் வீட்டில் தேவையற்ற வசதிகளையும் ஆடம்பரத்தையும் தவிர்க்க வேண்டும். நீ உனக்குப் பிடித்தவற்றைப் போதுமான அளவு உட்கொள்ளலாம். ஆனால், தேவைக்கு மேல் சமைத்து உணவை ஒரு போதும் வீணாக்காதே. பிரார்த்தனைக்கு அடுத்ததாக இது மிக முக்கியமான ஒன்றாகும்.

சீடன்: இயற்கையில் எல்லாமே உதவி செய்பவையாகவே உள்ளன. நாமும் அவ்வாறு இருக்க வேண்டும் அல்லவா?

குரு: நீ குறைப்பட்டுக்கொள்ளாதவனாக இருந்தால் பிரார்த்தனை செய்வதற்குத் தகுந்தவன் ஆகிறாய். அப்பொழுதுதான் நீ பிறருக்கு உதவ முடியும். நீ இவ்வுலகில் இருக்கும்வரை ஆன்மிக மனப்பான்மையுடன் இருந்து, செயல்களில் ஈடுபட்டுக்கொண்டிருக்கத்தான் வேண்டும். செயல்களில் ஈடுபட்டுக் கொண்டிறுப்பதைத் தவிர்க்க முடியாது. உன் செயல்களை இறைவனுக்கு அர்ப்பணிக்க வேண்டும். அப்படிப்பட்ட செயல்களைச் செய்.

சீடன்: உண்மை எளிமையானது என்றும், அதைப் பின்பற்றுவது மிகச் சுலபம் என்றும் கூறினீர்கள். சிலர் அதை அறிந்திருந்தும் ஒப்புக்கொள்ள மறுக்கிறார்கள். இதற்குக் காரணம் ஊழ்வினையா?

குரு: ஓர் அளவுக்கு ஊழ்வினைதான் இதற்குக் காரணம். ஊழ்வினையின் ஆற்றலைச் சமாளிக்க முடியாது. ஆனால், குருவின் அருளுக்கு ஊழ்வினையைக் காட்டிலும் ஆற்றல் அதிகம். அப்பியாசியின் முன்னேறும் ஆர்வமும், விருப்பமும் மிகவும் முக்கியமானது. இவை இரண்டும் ஒரு நேர்கோட்டில் அமைய வேண்டும். அப்பியாசி எப்பொழுதும் விருப்பத்துடனும், ஆர்வத்துடனும் ஆன்மிக வழியில் முன்னேற வேண்டுமென்று இருந்தால், குருவின் அருளை அவனால் அதிகமாக உணர முடியும். அப்பொழுது அவன்

சுலபமாகத் தன் ஊழ்வினையை ஆர்ப்பாட்டம் எதுவுமின்றிக் கடந்து செல்லலாம். ஊழ்வினையை எதிர்கொள்ளவும் ஏற்றுக்கொள்ளவும் மறுப்பதால் தான் பிரச்சினைகள் எழுகின்றன. குரு, தங்கள் ஊழ்வினைக்கு எதிரான காப்பீடு என்று மக்கள் எண்ணுகிறார்கள். இல்லை! அவ்வாறு இருக்க முடியாது. ஏனென்றால் குருவே அதற்கு ஓர் உதாரணமாகத் திகழ்கிறார்.

குரு வினைப்பயனிலிருந்து தப்ப நினைப்பதில்லை. இருந்தாலும் மக்கள் ஆறுதல் பெறக் குறுக்கு வழி கேட்கிறார்கள்.

சீடன்: உண்மையைத் தேடிச் செல்லும் பொழுது, ஊழ்வினைப் பயனால் உடல் உபாதையாலும், பொருள் பற்றாக்குறையாலும் துன்பப்படுகிறேன். இது என் ஆன்மிகப் பாதையில் தடையாக இருக்காதா?

குரு: இல்லை! தடையாக இருக்காது. சத்தியமே கடவுள். வேறு எதுவுமில்லை. உன் மனம் சத்தியத்தில் நிலைத்திருந்து, நீ அன்பின் பெயரால் சத்தியத்தைப் பின்பற்றினால் அப்பொழுது உன் வழியில் எது வந்தாலும் அதை இறைவனின் ஆசீர்வாதமாக ஏற்றுக்கொள்வாய். அது ஓர் அழகான பூச்செண்டாக இருக்கலாம்; உடல் உபாதையாக இருக்கலாம். பண நஷ்டமாக இருக்கலாம் அல்லது பெரிய லாபமாகவும் இருக்கலாம். ஏதானாலும் இறைவனின் ஆசீர்வாதம் என்றே எடுத்துக்கொள்வாய். ஒன்றை நீ நினைவில் வைத்துக் கொள். எது வந்தாலும் அதை ஆரம்பத்திலேயே ஆசீர்வாதமாக எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். சத்தியத்தின் பாதையில் சந்தேகத்தைத் தவிர வேறு தடையில்லை. நம்பிக்கையே ஆசீர்வாதந்தான். நம்பிக்கைக்கு எந்த விதமான பரிசும் இல்லை. ஏனென்றால், நம்பிக்கையே ஒரு பரிசுதான்.

சீடன்: ஆசீர்வாதம் என்றால் என்ன?

குரு: ஒருவனிடம் இருக்கும் திறனை அவனுக்கு நினைவுபடுத்துவதுதான் ஆசீர்வாதமாகும். உன்னிடமிருக்கும் சக்தியை, திறனை உறுதி செய்வதே ஆசீர்வாதம். நீ மனதில் அமைதியாகவும் சௌகரியமாகவும் இருக்கும்போது, உனக்கு விடுதலை பெற்றாற்போல் தோன்றுகிறது. அப்பொழுது உன்னால் உன் உள் வசிக்க முடிகிறது. அதுதான் ஆசீர்வாதம்.

சீடன்: அருளுக்கும், ஆசீர்வாதத்திற்குமிடையே உள்ள வேற்றுமை என்ன?

குரு: அருளும் ஆசியும் மின்சாரமும் அதன் உபயோகமும் போன்றவை. மின்சாரம் எல்லா இடத்திலும் உள்ளது. இருந்தாலும் ஒரு மின்விளக்கிலோ அல்லது மின் விசிறியிலோ பிரத்யேகமாக வெளிப்படுகிறது. அது போல், அருள் எங்கும் இருப்பது; ஆசி பிரத்யேகமான வெளிப்பாடு.

சீடன்: பரிணாமத்தைப் (Evolution) பொறுத்தவரையில் மனிதர்களுக்கு கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் சலுகையையும், மிருகங்களின் பரிணாமத்தில் முன்னுரிமைகளையும்பற்றிக் கூறுங்கள்.

குரு: உடற்கூறைப் பொருத்தவரையில் இரண்டு வகைகளே உள்ளன. அவை மிருகங்களும், மனிதர்களுமே! பரிணாமம் (Evolution) மிருகங்களுக்கும், மனிதர்களுக்கும் பொதுவானதே. மிருகங்களின் வாழ்க்கையில் வினை, அதன் விளைவு என்பதன் தொடர்ச்சி வெளிப்படையாகத் தெரியும். ஆனால், மனிதர்களின் வாழ்க்கையில் அவ்வாறில்லை. நான் ஊழ்வினையைக் (கர்மா) குறித்துக் கூறுகிறேன். மிருகங்கள் கொல்லும், அவையும் கொல்லப்படும். இது பொதுவானது. மனிதர்களுடன் ஒப்பிட்டுப் பார்க்கும் பொழுது, அவற்றின் வாழ்க்கை நீதி சற்று வித்தியாசமாக உள்ளது. அதனால் நீ கொல்வதற்கும், அவை கொல்வதற்குமிடையே வித்தியாசமுள்ளது. பொதுவாக, மிருகங்கள் ஆகாரத்திற்காகக் கொல்கின்றன. தன்னினத்தையே கொல்வது அபூர்வம். ஒரு புலி மற்றொரு புலியைக் கொல்வது எப்பொழுதாவதுதான் நேரும். ஒரு புலி ஒரு பசுவைக் கொல்வது தன் ஆகாரத்திற்கு மட்டுமே. ஆனால், மனிதன் தன் இனத்தவரையே கொலை செய்கிறான். அதுவும் விசித்திரமான காரணங்களுக்காக! அதனால்தான் மனிதன் கர்மச் சூழலில் சிக்கிக் கொள்கிறான். உணவுக்காகவோ அல்லது பயத்தினாலோ அல்லது தற்காப்புக்காகவோ மட்டும் மிருகங்கள் உயிர்க்கொலை செய்கின்றன. தொடர்ச்சியாக மிருகங்களாகவே பிறவி எடுத்துப் பிறகு ஒரு குறிப்பிட்ட நிலையில் தாமாகவே அடுத்த உயர்ந்த நிலையை அடைகின்றன. ஆனால், மனிதர்களைப் பொறுத்தவரையில் இத்தனை பிறவிகள் எடுத்துவிட்டார்கள் என்பது அவர்களுக்கு அவர்கள் ஒவ்வொரு பிறவியிலும் நற்செயல்கள் செய்து, சுய உணர்வுடன் மேலே செல்வதற்கு நல்ல வழிமுறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும். ஆனால், மிருகங்களைப் பொறுத்தவரையில் அவ்வாறில்லை. முற்பிறவியில் புலியாக இருந்தது, மனிதப்பிறவி எடுக்கிறது என்ற வைத்துக்கொள்வோம். இதுதான் முதல் மனிதப்பிறவி. ஆனாலும், அது மனிதனாகப் பிறந்தாலும், அதன் பூர்வஜென்ம வாசனைகள் தொடரத்தான் செய்யும்! மிருக குணம் நீங்கி அது மேலும் பரிணமிப்பதற்கு (Evolve) நிறையப் பிறவிகள் எடுத்தாக வேண்டும். புலி மனிதனாகப் பிறவி எடுக்கும் போது, அது ஒரு முற்றிலும் புதிய இனத்தில் நுழைவதால் அதற்குச் சில சலுகைகள் அளிக்கப்படுகின்றன.

ஜீவராசிகளின் மொத்தப் பிறவிகளின் எண்ணிக்கை நிலையானது. அதில் எந்த விதமான கூட்டலோ, கழித்தலோ இல்லை. உன் உயிர் உடலை விட்டுச் சென்றாலும் எண்ணிக்கை ஒரே போல்தான் உள்ளது. உன்னிடம் பத்துச் சிறிய துண்டுகள் இருப்பதாக வைத்துக்கொள். அவற்றைத் தரையில் ஒருங்கே வைத்தாலும், அவற்றுள் நான்கை ஒரு புறமும், ஆறைப் பிரித்தெடுத்து மற்றொரு புறமும் வைத்தாலும் மொத்த எண்ணிக்கை மாறாமல் பத்தாகத்தான் இருக்கும் அல்லவா? ''காடுகளை அழிக்காதீர்கள், மிருகங்களை வேட்டை யாடாதீர்கள்'' என்று கூறுவது அதனால்தான்.

சீடன்: மிருகங்களைப் பொறுத்தவரையில் அவற்றுக்கு எங்கே சுதந்தரம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது?

குரு: ஒரு புலி முதன்முறையாக ஒரு மனிதனாகப் பிறக்கிறது என்று வைத்துக்கொள். பிறக்கும் முன்பு அதற்கு 'அறிவு' என்ற புதிய கவசம் கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அதை அணிந்துகொள்கிறது. அப்போது அதற்கு சுதந்தரம் கொடுக்க வேண்டியதாகிறது. எனக்கிருக்கும் அறிவு உன்னை ஒரு பொழுதும் இயக்க முடியாது. உன்னுடைய அறிவுதான் உன்னை நடத்திச் செல்லும். அதனால்தான் ஆசிரியர் தம் மாணவன் ஒழுங்காகப் பயின்று அறிவு பெறவேண்டும் என்ற விரும்புகிறார். அவருடைய அறிவு அந்த மாணவனுடையதாகாது.

சீடன்: ஓர் ஆத்மாவின் முதல் பிறவி எறும்பாக இருந்தால் அதற்குத் தனிப்பாடில்லாத முனைப்பு (impersonal tendency) உண்டா?

குரு: மனிதப்பிறவி எடுக்கும்போது 'தனிப்பாடு இல்லாத முனைப்பு' (impersonal tendency) வெளிப்படும். அதுவரை அவை இயக்கமின்றி வித்தாகவே இருக்கும். அதனால்தான் சித்தர்கள், மிருகங்களைக் கூடத் தங்கள் சகோதர, சகோதரிகளாகக் கருதினார்கள். சித்தர்கள் எல்லா உயிரினங்களையும் ஒன்றாகவே பாவித்தார்கள். ஏனெனில், அவர்கள் ஒருமையை உணர்ந்தவர்கள்.

நீ அறியாமல் ஓர் எறும்பின்மீது நடந்துவிட்டால், அதற்குக்கூட ஒரு விளைவு உண்டு. நீ அறிந்தே செய்யும் தவறுகளுக்கான விளைவுகளுடன் ஒப்பிடும் பொழுது, இதன் விளைவு சிறிது குறைவாக இருக்கும். நீ அறிந்தே செய்யும் தவறுகளுக்குக் கண்டிப்பாகத் தண்டனை பெறுவாய். அறியாமல் செய்யும் தவறுக்கு விளைவு ஒருவேளை என்னவாக இருக்குமென்றால், ஒரு வசந்த காலத்தில் உன் விடுமுறையை அனுபவிக்க நீ வெளியூர் செல்லும் பொழுது உனக்கு ஜலதோஷம் பிடிக்கலாம்!!

சீடன்: ஒரு மனிதன் தற்காப்புக்காகக் கொன்றால் அதன் விளைவு வேறுபடுமா?

குரு: இல்லை! ஒரு வேளை அந்த வினைப்பயன் விளையும் விதம் வேறுபடலாம்.

சீடன்: நாம் அஹிம்சையைப் பின்பற்றுவது எவ்வாறு?

குரு: நீ அன்பாக இருந்தால் அஹிம்சை உன் மனத்திலிருக்கும். 'அஹிம்சைக்கு' அன்பு ஒன்றுதான் வழி. அஹிம்சை மூலம் அன்பை அடைய முடியாது. அன்பாக இருந்தால் நீ எல்லாவற்றையும் அடைவாய். அஹிம்சை மனத்தைப் பொறுத்தது. ஆன்மிகமானது மாற்ற முடியாதபடி உனக்குத் தனிப்பட்டது.

சீடன்: எல்லா ஆத்மாக்களும் பரப்பிரம்மத்திலிருந்துதான் வருகின்றனவா?

குரு: நாம் அவ்வாறு வைத்துக் கொள்வோம். இருப்பினும் ஆத்மாக்கள் சுழல் இயக்க முறைமையின் (Recycling System) அங்கம், ரகசிய மையம் (secret core) தன்னை வெளிப்படுத்திக் கொள்ளும்போது அதை இறைவன் என்று அழைக்கிறோம். பரப்பிரம்மம் என்று நீ கூறுவதை உன்னால் காணவோ, இப்படித்தான் இருக்கும் என்று அனுமானிக்கவோ முடிவதில்லை. பரப்பிரம்மம் வெளிப்பட்டால் அது இறைவன். அதே வெளிப்படுதலில் ஆண்களும், பெண்களும் இருந்தார்கள். பரப்பிரம்மம் தான் ரகசிய மையம் (Secret Core). அது எல்லாவற்றிற்கும் மேல் இருப்பது. அதற்குப் பெயரில்லை.

சீடன்: பரப்பிரம்மம் அல்லது பராசக்தி வடிவற்றது என்று நாங்கள் அறிவோம். ஆனால், வடிவற்ற முழுமுதற்கடவுளுக்கு எண்ணற்ற நாமங்களையும் வடிவங்களையும் அளித்திருக்கிறோம். அவையெல்லாம் எங்கள் மனவிளையாடலின் விளைவா?

குரு: இல்லை; அது மனத்ற்கு அவசியமாகும்.

சீடன்: ஏன் 'அவசியம்' என்று கூறுகிறீர்கள்?

குரு: வானம் எல்லையற்றது என்று அறிவாய். ஆனால், அதை உன்னால் உடனே உணர முடிகிறதா? இல்லை! எல்லோரும் வானம் எல்லையற்றது என்று அறிவார்கள். இருந்தாலும் அதை அவர்கள் மனத்தால் உடனே கிரஹித்துக்கொள்ள முடிவதில்லை. அமெரிக்க வானம், இந்திய வானம், அலாஸ்கா வானம் என்றெல்லாம் கூறுகிறார்கள். உன் வரம்புகளை நீ அறிந்தால்தான் நீ அவற்றைக் கடந்து வரமுடியும். நீ வானம் எல்லையற்றது என்று கூறுகிறாய். நான் அதை நம்புகிறேன். ஆனால், நான் அண்ணாந்து பார்க்கும் பொழுது ஒரு வளைந்த நீல விதானத்தைத்தான் பார்க்க முடிகிறது. அதனால் நீ வானத்தின் எல்லையற்ற தன்மையைப்பற்றி எவ்வளவு விரிவாகப் பேசினாலும் நான் பார்ப்பது என் வளம்புகளுக்கு உட்பட்ட இந்த வானத்தைத் தான். அதனால் முனிவர் தம் சீடனின் கவனத்தை வான விதானத்திலிருந்து அவனுடைய தலையாகிய 'விதானத்துக்கு'த் திருப்பிவிடுகிறார்கள். வானத்தையும், அதுவாகத் தெரியும் அந்த வானின் வர்ணத்தையும் பிரித்துப்பார்க்க முடியாததால் சீடனுக்குக் குழப்பம் உண்டாகிறது. அவனைத் தெளிவுபடுத்துவதற்காக முனிவர் தம் இரண்டு விரல்களை நீட்டி அவற்றுக்கிடையில் உள்ள வானத்திற்கு எந்த நிறமுமில்லை என்று கூறுகிறார். "அது வானம் இல்லை, வெளி" என்று பதிலளிக்கிறான் சீடன். அதற்கு முனிவர், "இல்லை, இது வானம்" என்கிறார். "இல்லை, ஐயா! இது வெளி" என்று சீடன் மீண்டும் கூற, "ஆமாம்! ஆனால், நீ இதை வானம் என்றும் கூறலாம்." என்று முனிவர் பதிலளிக்கிறார். இதே ரீதியில் வாதம் தொடர, அப்பொழுது சிறிது நேரத்திற்குப் பிறகு சீடன் ஒப்புக்கொள்கிறான் "ஆமாம்! வெளியும் வானமும் ஒன்றுதான்."

அப்பொழுது முனிவர் கேட்கிறார், "உனக்கு எனக்குமிடையே வானம் இருக்கிறதே, அந்த வானம் எந்த நிறத்தில் உள்ளது? சற்று முன்வரை வானத்தை நிறத்துடன் சம்பந்தப்படுத்தியே எண்ணி வந்த சீடனை இப்பொழுது முனிவர் அண்ணாந்து மேலே உள்ள வானத்தைப் பார்க்கச் சொல்கிறார். அவன் பார்க்கிறான்; அங்கே அவன் நீல வர்ணத்தையும் பார்க்கிறான். வர்ணம் மறையவில்லை; ஏனென்றால், விழி ஏமாற்றாது. ஆனால், வானத்தைப் பற்றிச் சீடனுக்கு முதலில் இருந்த கருத்து இப்போது மறைந்து விட்டது. மனத்திலிருந்து அந்த வர்ணத்தை எடுத்துவிட்டு வானத்தைப் பார்ப்பது போலத்தான் எல்லாமே. உன் வரம்புகளைப் புரிந் கொண்டு அதைக் கடந்து வர வேண்டும்.

சீடன்: கடவுளுக்கு வடிவங்களையும், நாமங்களையும் ஏற்றிப் பார்ப்பது மனத்துக்குத் தேவையான ஒன்று என்று கூறினீர்கள். வர்ணம் இல்லாத வானத்தைப் புரிந்துகொள்வதற்கு முதலில் வானத்தை நீல வர்ணம் கொண்டதாகப் பார்க்க வேண்டும். அது போல், வடிவமற்ற பரப்பிரம்மத்தையும் உருவத்தின் மூலந்தான் புரிந்துகொள்ள முடியுமா?

குரு: ஆமாம்! சரியாகச் சொன்னாய்! வரம்புக்கு உட்பட்டே இருக்கும் மனத்துக்குப் பரப்பிரம்மத்தை வடிவத்துக்கும் நாமத்துக்கும் உட்படுத்திப் பார்க்க வேண்டியது அவசியமாகிறது. உடலின் உயரத்தை அதிகரிக்க வேண்டும் என்றால், அதை உடல் மூலந்தான் செய்ய வேண்டும். உடலின் எடை கூட வேண்டுமென்றால் அதையும் உடல் மூலந்தான் செய்ய முடியும். அதே போல், மனத்தைக் கடக்க வேண்டுமென்றால், அதையும் மனத்தின் மூலந்தான் செய்ய முடியும். ஒரே கதவுதான் உனக்குப் பூட்டவும், திறக்கவும் உதவுகிறது.

சீடன்: பரம்பொருள் வடிமற்றது என்பதால் வடிவங்களைத் தவிர்க்க வேண்டுமா?

குரு: தவிர்ப்பதா? எவையெல்லாம் நீ என்று எண்ணிக்கொண்டிருக்கிறாயோ, அவற்றையெல்லாம் தவிர்த்துவிடு. அப்பொழது நீ உன் ஆத்மாவை அறிந்து கொள்ள முடியும். உருவத்தை ஏற்றுக்கொண்டால்தான் இறைவன் உருவமற்றவர் என்று அறிந்துகொள்ள முடியும். அப்பொழுதுதான் அந்த உருவமற்றதில் வசிக்க முடியும். இந்த உலகத்தைப் பார்ப்பதற்கு ஒரு கண் போதும். பிறகு, நமக்கு ஏன் இரண்டு கண்கள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. விழிப்புடன் இருக்க!

சீடன்: ஞானக்கண்ணைப்பற்றிக் கூறவும்?

குரு: அதுதான் மூன்றாவது கண் எனப்படும். அந்தக் கண் ஞானமல்ல. அந்தக் கண் திறந்தால் தெய்விக விஷயங்களை உன்னால் பார்க்க முடியும்.

சீடன்: ஆத்ம ஒளி என்றால் என்ன?

குரு: ஆத்ம ஒளி, ஒளிக்கீற்றின் சேர்க்கையல்ல. ஆனால், ஆத்ம ஒளி, ஒளிக்கீற்றை வெளிப்படுத்துகிறது. அதனால் மனத்திற்கு ஆத்மாவின்

நினைவு ஏற்பட்டு உள்ளே செல்லும். ஒளி ஆத்மாவைப்பற்றி ஞாபகப்படுத்தும். இதற்கு அதிகம் சக்தி உண்டு.

சீடன்: "எழு! ஒளிர்! ஏனெனில், உன் ஒளி வந்துவிட்டது" என்று கூறப்பட்டிருக்கிறது. உன் ஒளி என்றால் என்ன?

குரு: இறைதூதர் சீடனுக்காகக் கீழே இறங்கி வந்திருக்கிறார். உண்மையில் இறைதூதரின் ஒளியும் சீடனின் ஒளியும் ஒன்றே. ஆனால், நீ எழுந்தால்தான் இதை அறிவாய். நீ எழுந்தால்தான் பிரகாசிப்பாய் ஒளிர்ந்தால்தான், உனக்காக வந்திருக்கும் உன் ஒளியோடு ஐக்கியமாகிவிடுவாய். இறைதூதர் தம்மைத்தாம் உணர்ந்தவர். ஆனால், சீடன் அவ்விதம் இல்லை. சீடன் உண்மையின் பாதையில் முயன்று நடந்தால் அவன் ஒளிர்ந்து இறைதூதரின் ஒளியுடன் ஒன்றிப்போய்விடுவான். உள்ளது ஒரே ஒளி அது சத்திய ஒளி. எல்லோரும் எழ வேண்டும். இந்தத் தருணத்தில் ஒரு சங்கல்பத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். தேவையற்றனவற்றையெல்லாம் கீழே விட்டு, மேலே எழும்பி வானத்தில் சஞ்சரிப்பது என்று தீர்மானியுங்கள்.

ஒலி நாடாவில் பதிவு செய்யப்பட்டதை அழித்துவிடலாம். மனத்தில் பதிவு செய்ததை மறந்து விடலாம். ஆனால், உன்னில் ஒரு பகுதியானதை அழிக்கவும் முடியாது, மறக்கவும் முடியாது.

சீடன்: சில சமயங்களில் எல்லா விளக்குகளும் அணைந்திருந்தாலும் முழுமையான இருளில்கூட ஒரு விதமான பிரகாசம் இருக்கிறது.

குரு: இறைவன் பக்தனுக்கு மிகக் கடுமையான சோதனைகளை அளிப்பதாகக் கூறுவார்கள். ஆனால், அது அவ்வாறில்லை. இருளை முழுமையாகப் புரிந்து கொண்டால்தான் ஒளியை உன்னால் போற்ற முடியும். இருளில் துயருற்றால் தான் ஒளியை உன்னால் பார்க்க முடியும். ஒளியைப் பார்த்ததும் இருளை முழுமையாகப் புரிந்துகொள்ள முடியும். ஒளி, இருளின் போற்றுதலுக்குரிய மகவாக இருக்கும் போது இருள், ஒளியினின்றும் அதிகம் வேறுபட்டிருக்க முடியுமா?

சீடன்: கடவுளின் பணி என்ன?

குரு: பொறியாளர், இயந்திரத்துடன் நகராமலேயே அந்த இயந்திரம் சரிவர இயங்குகிறதா என்று கவனித்து வருவதைப் போல, கடவுளும் இந்தப் பிரபஞ்சத்தின் இயக்கத்தைக் கவனித்துக்கொள்கிறார். ஒரு நல்ல விஷயங் கூடத் தவிர்க்க முடியாத முனைப்பால் ஒரு பித்தாக மனத்தை ஆக்கிரமித்துக் கொள்ளும் விஷயமாகிவிடலாம். அகந்தையின் குறுக்கீடே இதற்குக் காரணம். ஈகை நல்ல விஷயமே. ஆனால், அதுவே உனக்கு ஒரு பித்தாகும்படி உன் மனத்தை ஆக்கிரமித்துக்கொண்டால் நீ அதைக் குறித்து ஏதாவது செய்தாக வேண்டும். உன் கடமைகளைச் செய்வதில் நீ பிடிவாதமாக இருந்தால்,

அதைக்கூடச் செய்யவிடாமல் யாராவது தடுப்பார்கள். அப்பொழுது உனக்கு எரிச்சலும் பாதிப்பும் ஏற்படும்.

இல்லையென்பார்க்கு உடனே தானம் செய்வது சிறந்ததே! அது ஒரு முனைப்பல்ல! அதைக் கடக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. ஆனால், ஒரு பூவைக் கொடுத்தால்கூடத் தானம் கொடுப்பதாக எண்ணிப் பெருமை கொண்டு ஆடம்பரமாகச் செய்வது ஒரு முனைப்பு (tendency). அப்படிச் செய்தால் நீ பிரச்சினையில் அகப்பட்டுக்கொள்வாய்.

சீடன்: அஹங்காரம் என்றால் என்ன?

குரு: அறியாமைதான் அஹங்காரமாகும். நீ உண்மையை அறிந்தால், கர்வத்துடன் இருக்கமாட்டாய். அறியாதவரை அடக்கத்துடன் இருக்கமாட்டாய். அதனால்தான், "எவன் ஒருவன், 'நான் அறிவேன்' என்று கூறுகிறானோ, அவன் அறிந்திலன்" என்று சொல்லப்படுகிறது. இறைவனிடம் சரணடைந்து விடு. "இறைவா! நான் எதையும் அறியேன். நான் உன்னையும்கூட அறியேன். நான் அறிவதெல்லாம் உன் அருள் ஒன்றைத்தான். இறைவா? எப்பொழுதும் என்னுடனே இரு. எனக்கு வழிகாட்டு. என்னைப் பவித்ரமாக்கி உன் அருளுக்குப் பாத்திரமாக்கு" இவ்வாறு பிரார்த்தனை செய். உன் மனப்போக்கு இவ்வாறானால் நீ பறவையைப் போல் சுதந்தரமாக இருப்பாய்.

அனுமன் மிக எளிமையானவர், புத்திசாலி, பவித்ரமானவர், வீரர், சாதுர்யம் மிகுந்தவர், பணிவும் அடக்கமும் நிறைந்தவர். அவரால் எல்லா விஷயங்களையும் சிறப்பாகச் செய்ய முடியும். ஆனால், தம்மால் இவ்வாறு செயல்பட முடியுமென்று அவர் ஒரு பொழுதும் கூறவில்லை. எல்லோரும் அவரிடம், "உனக்குக் கடலைத் தாண்டும் சக்தி உள்ளது" என்று கூறிய போதும் அவர் பணிவுடன், "எனக்கு அப்படிப்பட்ட சக்தி இல்லை. நீங்கள் இவ்வாறு என்னை செயல்படக் கூறுவதால் நான் இறைவனிடம் பிரார்த்திக்கிறேன். அவருடைய புனித நாமத்தின் சக்தி என்னை எடுத்துச் செல்லும்" என்று பதிலளித்தார். அனுமன் கடலைக் குதித்துத் தாண்டவில்லை; துதித்துத் தாண்டினார். அனுமன் மனப்போக்கு அவ்விதமானது.

சீடன்: மஹான்கள் மிகவும் அடக்கமாக இருப்பார்கள் அல்லவா?

குரு: தெருவில் நடக்கும் பொழுதுகூட யார் பார்வையிலும் படாமல் அடக்கமாகச் சென்ற மஹான்கள் பலர் இருந்தனர். அவர்களுள் சிலர் தங்கள் கை, கால்களைக்கூட அதிகம் நீட்டவில்லை. பேசாதே! உன்னைப் பவித்ரமாக்கிக்கொள். காலம் பொன் போன்றது. உண்மையை அறியாமலேயே நீ காலத்தைக் கடத்தி மரணமடைந்தால், திரும்பவும் இவ்வுலகில் பிறவி எடுத்து, மீண்டும் முதலிலிருந்து தொடங்க வேண்டும். அப்போதும் உடனே தொடங்க முடியாமல் காலம் கடக்கலாம். இது உனக்கு விருப்பமானால், நீ சகதியிலேயே தங்கியிருக்கலாம். விருப்பமில்லாவிட்டால் உடனே வெளிவந்து உண்மையை அறிந்து பவித்ரம் பெறு.

சீடன்: அஹங்காரத்தை எப்படிச் சமாளிப்பது?

குரு: அஹங்காரத்தை ஏன் நீ அங்கீகரிக்கிறாய்? பிறரை எடை போட ஆரம்பித்தால் நீ அஹங்காரத்தின் பிடியில்தான் சிக்கிக்கொள்வாய். உன்னை வேறுபட்டதாகவும் பெரியதாகவும் எண்ணிக் கொள்வாய். அஹங்காரத்தின் பிடியில் சிக்கிக்கொண்டால், அதிலிருந்து வெளிவருவது மிகக் கடினம். அதனால் யாரையும் எடை போடாதே. எப்பொழுதும் உன் ஆத்மா உன் செவிக்குள் "எடை போடாதே! எடைபோடாதே! எடைபோடாதே!" என்று கூறட்டும்.

உன்னுடைய குறைகளைப்பற்றியோ அல்லது தவறுகளைப்பற்றியோ, நீ ஒரு பொழுதும் கவலைப்படுவதில்லை. ஆனால், பிறரிடம் குறை காண்கிறாய். பிறருடைய நல்லியல்புகளைக் கண்டு கலக்கமும் குழப்பமும் அடைகிறாய். அவ்வாறு இருப்பதற்கு உனக்கு எந்த அதிகாரமும் இல்லை. பேய்கள்தான் பிறருடைய குறைகளையும் தவறுகளையும் கண்டு ரசிக்கும்; பிறருடைய நல்ல தன்மையைக் கண்டு கலங்கும்.

சீடன்: முதிர்ச்சி என்றால் என்ன?

குரு: மலைகள் பெரியதாக உள்ளன. ஆனால், அவை அவ்வாறு உள்ளன என்று கூறிக்கொள்வதில்லை. கடல் பெரிதாகப் பரந்து விரிந்து உள்ளது. ஆனால் அது அதன் எல்லையைக் கடப்பதில்லை. வானம் ஆழமாக இருக்கிறது; ஆனாலும் அது அவ்வாறு இருப்பதாகக் கூறுகிறதா? ஆக, முதிர்ச்சி என்பது எதையும் உணர்வதில்லை, எதையும் கையாள்வதில்தான் இருக்கிறது.

சீடன்: சித்தர் என்பவர் யார்?

குரு: பூர்த்தி செய்தவர் சித்தர். ஒரு சாதனையைப் பூர்த்தி செய்தவரை சித்தர் என்று கூறுவர். பரமேஸ்வரர் ஒரு யோகி. புதிதாக உபதேசம் பெற்றவர்களும் யோகிகள்தாம். ஆனால், அதில் வித்தியாசம் உள்ளது. ஒரு நாள் அவர்கள் பரமேஸ்வரர் ஆவர். அவர்கள் பாதை நேரானது.

சீடன்: வெளித்தோற்றத்தில் சித்தர்கள் நாகரிகமில்லாதவர்கள் போல் இருந்தாலும் அவர்களிடம் அரிய சக்திகள் உள்ளன அல்லவா?

குரு: நிறைய சித்தர்கள் இருக்கிறார்கள். கந்தல் துணி மூட்டையைச் சுமந்து கொண்டு உயிரே அதில் இருப்பது போல் நடமாடிக் கொண்டு இருப்பார்கள். அது வேறொன்றுமில்லை; நீ அவ்வாறான தேவையற்ற விஷயங்களைச் சுமந்துகொண்டிருக்கிறாய் என்று அவர்கள் உன்னைக் குறித்துக் கேலி செய்கிறார்கள். சுமப்பது உண்மையில் நீ. ஆனால் பைத்தியக்காரர் என்றும், நாகரிகமற்றவர் என்றும்; பண்பற்றவர் என்றும் அவர்கள் ஏசப்படுகிறார்கள்!

அவர்கள் உண்மையில் இறைசக்தி உள்ள மனிதர்களென்றால் ஒழுங்காக ஆடை அணிந்துகொண்டு, க்ஷவரம் செய்து கொண்டு சுத்தமாகத் தோற்றமளிக்க வேண்டாமா?'' என்று அறியாதவர்களால் பேசப்படுகிறார்கள். ஆனால், குழந்தைகள் அவர்களை அடையாளம் கண்டு கொள்ளும். நாய்கள் அவர்களை அடையாளம் கண்டுகொள்ளும். மனிதர்களுடனான சித்தர்களின் உறவு மிகவும் பிரத்யேகமானது. ஏனென்றால், அவர்கள் எப்பொழுதும் இங்கிருந்தபடி மனித சமுதாயத்திற்குப் பணி செய்து கொண்டிருப்பவர்கள். அவர்கள் பூமியைச் சுற்றியுள்ள வாயு மண்டலத்தைப் பவித்ரமாக்குவார்கள். சித்தர்களால் மழை பெய்விக்க முடியும். இப்பொழுதும் சிலர் அவ்வாறு செய்கிறார்கள். சித்தர்கள் தங்கள் சங்கல்பத்தால் மேகக் கூட்டங்களை உருவாக்கி மழை பெய்யுமாறு செய்யலாம். ஏனென்றால், அவர்கள் ஆன்மிகச் சக்தி நிரம்பியவர்கள். விடாமல் தியானப் பயிற்சி செய்வதாலும், எப்பொழுதும் ஒழுக்கத்துடன் நடந்துகொள்வதாலும், சித்தர்களிடையே அளவற்ற ஆன்மிக சக்தி உள்ளது. அதனால்தான் நான் மஹரிஷிகளெல்லாம் பெரிய விஞ்ஞானிகள் என்று கூறுகிறேன்.

சீடன்: நாம் வீட்டிலிருக்கும் பொழுதுகூட க்ஷவரம் செய்துகொண்டு, நன்றாக உடை உடுத்திக்கொண்டு இருக்க வேண்டும் என்பது அவசியமா?

குரு: உன்னால் வெளித்தோற்றத்தைக்கூட ஒழுங்காக வைத்துக்கொள்ள முடியவில்லை என்றால், உடலுக்கு அப்பாற்பட்ட ஒன்றை அடைய முயல்வதில் பயனில்லை. ஆனால், எதையும் உன் மனத்தை ஆக்கிரமித்துக்கொள்ள விடாதே. தேவைக்கதிகமாக முக்கியத்துவம் கொடுக்காதே. உனக்கு க்ஷவரம் செய்ய வேண்டுமென்றால் ஒரு முறை செய். அதற்காக மணிக்கணக்காக நேரத்தைச் செலவிடாதே. உனக்குக் குளிக்க வேண்டுமென்றால் குளி; அதிகக் குளிராக இருந்தால் விட்டுவிடு.

சீடன்: சித்தர்கள் எல்லாவற்றையும் அறிந்திருப்பது எவ்வாறு?

குரு: சித்தர்கள் எல்லாவற்றையும் அறிவார்கள். அது அவர்கள் இயல்பு. அதனால்தான் அவர்கள் அதிகம் தங்களை வெளிப்படுத்திக்கொள்வதில்லை. அவர்கள் எதிலும் சிக்கிக்கொள்ள விரும்பமாட்டார்கள். ஆனால், இறை தூதரின் பணி மிக முக்கியமானது. அவர் விரும்பியே மக்களிடையே வசித்து, அவர்களைப் போலவே வாழ்ந்து, அவர்களை விடுவிப்பார். சித்தர்களிடம் அதீதமாக அரிய சக்திகள் உள்ளன. அவர்கள் எல்லாப் பிறப்பிலும் எப்பொழுதும் விழிப்புடன் இருப்பார்கள். அவர்கள் அடிக்கடி தங்கள் முகங்களை வெளியில் காண்பிக்காவிட்டாலும் பலவற்றை நிகழச்செய்வார்கள். தியானப்பயிற்சி செய்பவர்களெல்லாம் சித்தர்களிடமிருந்து உதவி பெறுவார்கள். சித்தர்களை நீ பின்தொடர்ந்து சென்றால், அவர்கள் விசித்திரமாக நடந்து கொள்வார்கள். கற்களை எறிவார்கள், பித்தனைப் போல் நடப்பார்கள் அல்லது உன் பார்வையிலிருந்து மறைந்துவிடுவார்கள். ஆனால், நீ உன் கடமைகளைச் செய்து கொண்டிருந்தால், சித்தர்கள் உன்னைப் பார்த்துக்

கொண்டிருப்பார்கள். ஆனால், உன்னால் அவர்களைப் பார்க்க முடியாது. அவர்களும் இதைத்தான் விரும்புவார்கள். அப்பொழுதுதான் அவர்கள் உனக்கு உதவ முடியும். ஒரு தாய், குழந்தை தூங்கும் இரவு நேரத்தைத்தான், அதன் காயங்களுக்கு மருந்து தடவ தேர்ந்தெடுப்பாள். அது போல், சித்தர்களும் இந்த வழியைப் பின்பற்றுவார்கள். சித்தர்கள் தாயைப் போன்றவர்கள் சித்தர்கள் தங்களைப்பற்றி எதையும் அறிவிப்பதில்லை. உண்மை ஒன்றை மட்டும் அறிவார்கள்.

சீடன்: ஒவ்வோர் உயிரும் தன்னைத்தான் உணர்ந்துகொள்ள முடியும். அப்படியிருக்கும் போது தன்னை உணர்ந்த ஆத்மாவுக்கும் இறைதூதருக்கும் என்ன வித்தியாசம்? தன்னை உணர்ந்த ஒவ்வோர் ஆத்மாவும் இறைதூதராகுமா?

குரு: இறைதூதர் பிறக்கும் பொழுதே உண்மையை உணர்ந்தவராக இருப்பார். ஆனால், அவர் எடுக்கும் உடல் சில வரம்புகளுக்கு உட்பட்டிருப்பதால்தான் உண்மையை உணர்ந்தே இருப்பதைத் தெரிந்து கொள்வதற்கு அவருக்குச் சிறிது காலம் ஆகிறது. ஆனால், மனிதனைப் பொறுத்தவரையில் அவன் உண்மையை அறிந்தவனாக இல்லை. அவன் உண்மையை உணர நீண்ட பயணம் மேற்கொள்ள வேண்டியதாகிறது. இறைதூதர் அந்தக் குறிப்பிட்ட பிறவியில் என்ன செய்கிறாரோ, அதுதான் அவருடைய 'கர்மா'வாகும். வேறு ஊழ்வினைப் பயன் எதுவுமில்லை. ஆனால், மற்றவர்களுக்கு இவ்வாறில்லை. அவர்கள் முற்பிறவிகளில் ஊழ்வினையைச் சேகரித்து வைத்திருக்கிறார்கள். அந்த ஊழ்வினையோடு அவர்கள் போராட வேண்டும். அதையும், கலங்காமல் எரிச்சலடையாமல் செய்ய வேண்டும். அது மிகவும் கடினமானது.

குத்துச்சண்டையை ஒரு விளையாட்டு என்று கூறலாம். ஆனால், நான் என் வாழ்க்கையில், எந்தக் குத்துச்சண்டை வீரரும் விளையாட்டு பாவனையுடன் குத்துச்சண்டை போடுவதைக் கண்டதில்லை. அது மிகக் கடினமானது. ஒருவனை உன்னால் குத்தமுடியும் என்று நீ எண்ணும் அந்தத் தருணத்திலேயே அவனைக் குத்திவிட வேண்டும் என்று உனக்குத் தோன்றும். ஒருவன் உன்னைக் குத்திவிட்டால் அந்தத் தருணத்திலேயே அவனைத் திருப்பிக் குத்த வேண்டும் என்றும் தோன்றும். இதுதான் ஊழ்வினை அல்லது கர்மா. அதனால் ஊழ்வினையோடு நீ குத்துச்சண்டை போட வேண்டாம். மல்யுத்தம் செய். ஏனென்றால், மல்யுத்தம் செய்யும் பொழுது, அந்த வட்டத்திலிருந்து அதை வெளியே எறிவதற்கு ஒரு வாய்ப்பு உள்ளது.

சீடன்: ஒருவன் இந்தப் பிறப்பில் தன்னை உணர்ந்துகொண்டால், அடுத்த பிறப்பில் ஓர் இறைதூதனாகப் பிறப்பெடுப்பானா?

குரு: இல்லை! இல்லை! அவன் தேர்ந்தெடுக்கப்படுவான். இறைதூதர்களை இறைவன் தேர்ந்தெடுப்பார். ஓர் ஆத்மா இறைதூதராகப் பிறப்பெடுக்கத்

தகுதி பெறுகிறது என்று கொள்ளாதே! இறைதூதரின் வருகை அதற்கும் அப்பாற்பட்டது. இந்த உலகம் ஒரே இறைதூதனைத்தான் மீண்டும், மீண்டும் பார்த்துக்கொண்டிருக்கிறது என்று நான் கூறுவது முற்றிலும் உண்மை. உடலைப் பொருத்த அளவில்கூட இது உண்மையே! இது தொடர்ச்சியான ஒன்று. இறைதூதர் ஒரே சமயத்தில் பல இடங்களில் பல பெயர்களில் பிறப்பெடுத்து பவனி வர முடியும். அதனால்தான் வெவ்வேறு மதங்கள்! இறைவன் ஒருவன் என்றால், இறைதூதரும் ஒருவரே அவர் மீண்டும் மீண்டும் பேசுவதும் ஒரே உண்மையையே!

சீடன்: அதே ஆத்மாதான் வெவ்வேறு உடலில் இருக்கிறதா?

குரு: ஆமாம்! அவ்வாறு கூறலாம். மிகவும் ரகசியமான வகையில் அது அவ்வாறு உள்ளது.

சீடன்: ஓர் ஆத்மா பிறப்பெடுக்கும் பொழுது, அதற்கு நிர்ணயிக்கப்படுபவை எவை?

குரு: எல்லாந்தான்! ஆனால், ‘விதியை மதியால் வெல்லலாம்’. உன்னைக் குறித்த அடிப்படையான விஷயங்கள் நிர்ணயிக்கப்படுகின்றன. அவற்றை நீ எப்படிப் பயன்படுத்தப்போகிறாய் என்பது உன் கையில் இருக்கிறது. அந்த வகையில் நிறைய மாற்றங்கள் சாத்தியமே! ஒரு வேளை உனக்கு 80 x 40 என்ற அளவில் ஒரு நிலம் சொந்தமாகும் என்று நிர்ணயிக்கப்பட்டிருப்பதாக வைத்துக்கொள். நீ சாமர்த்தியமாக இருந்தால், அந்தச் சின்ன நிலத்தில் கூட வானத்தைத் தொடும், அளவுக்கு ஒரு பெரிய கட்டடத்தைக் கட்டலாம். விதியை மதியால் வெல்லலாம் என்று சொல்வது இதைத்தான்.

சீடன்: முன்பு நடந்தவற்றையெல்லாம் மறக்கச்செய்வது எது?

குரு: நீ எதைச் சேகரித்திருக்கிறாயோ, அது உன் பழையவற்றையெல்லாம் மறக்கச் செய்கிறது. நீ பிறவி எடுக்கும் பொழுது பெறுவதை நீ தவிர்க்க முடியாது. வசதியோ, கஷ்டமோ இரண்டுமே இந்த விளையாட்டின் அங்கங்கள் தாம். வசதியையும், கஷ்டத்தையும் நன்மையென்றும் தீமையென்றும் எடுத்துக் கொள்ளாதே! கவலைப்படாதே! கவலைகளிலிருந்து விடுபட்டு இருக்கக் கற்றுக்கொள். அப்பொழுது உன் பார்வை தெளிவாகும். நீ எதைத் தேடுகிறாயோ, அதைமட்டுந்தான் நீ எப்போதும் எங்கிருந்தாலும் பெறுவாய்.

சீடன்: முற்பிறவிகளைப்பற்றிய அறிவு நமக்கு எவ்வாறு உதவும்?

குரு: அது ஊக்குவிக்கும், எச்சரிக்கும், ஞாபகப்படுத்தும், வேதனை அளிக்கும், செயல்படத் தூண்டும், கூடவே இருக்கும். இறப்பு, பிறப்பு என்ற சூழலிலிருந்து விடுபட்டு அப்பால் செல்ல வேண்டும் என்று விரும்பும் ஆத்மாக்களுக்கு, முற்பிறவிகளைப்பற்றிய அறிவு, வெளிச்சம் தந்து உதவும். இந்த அறிவின் பயன் அதைக் கையாள்பவரின் முதிர்ச்சியைப் பொறுத்தது.

சீடன்: நாம் பல்வேறு பிறவிகளில் நிறைய அறிவைச் சம்பாதித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். அந்த அறிவை எவ்வாறு பயன்படுத்துவது?

குரு: நீ இந்தப் பிறவியில் எதைக் கற்க வேண்டுமோ, அதைக் கற்காவிட்டால் எந்த அறிவும் உனக்குப் பயன்படாது. இந்தப் பிறவியில் நீ கற்க வேண்டியது எதுவோ, அதைத்தான் நீ எந்தப் பிறவியிலும் கற்றிருக்க வேண்டும். கற்றுக் கொண்டே இரு. உன் கடமையைச் செய்துகொண்டிரு. சொல்லிக் கொடுத்தபடி ஒழுங்காக நடந்துகொள். உன்னை நீ விசாரணை செய்து கொண்டிரு. உன்னுடைய எந்தப் பிறவியிலும் இது மாறாமல் ஒரே போல் இருக்கும்.

சீடன்: நாம் முற்பிறவியின் விஷயங்களைக் குறித்து இருக்கும் அறிவை மறந்து விடுகிறோம் அல்லவா?

குரு: இல்லை! முற்பிறவிகளைப்பற்றிய விவரங்களை நீ மறந்திருக்கலாம். ஆனால், முற்பிறவிகளில் பெற்ற அறிவு உன்னை விட்டு நீங்காது. நீ முற்பிறவிகளில் பார்த்தது, உணர்ந்தது, பெற்றுக்கொண்டது, இவை ஒட்டு மொத்தமாகச் சேர்ந்து அறிவானது. அந்த அறிவு உருவமற்ற ஒரு சக்தி என்பது உண்மையாகும். அந்த சக்தி ஒவ்வொரு பிறவியிலும் உன்னுடன் வருகிறது. அதை அசைக்க முடியாது. ஒரு பிறவியில் பெற்றுக்கொள்வது முற்பிறவிகளில் நீ உனதாக்கிக்கொண்ட இந்த சக்தியின் பிரதிபலிப்பாகும். அதனால் மேன்மையானதை மட்டும் பெற வேண்டும். அப்பொழுது எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. மேன்மையானது என்னவென்றால், உன் உள் வசித்து உண்மையின் பாதையில் மேலே சென்றுகொண்டிருப்பது ஆகும்.

சீடன்: இதைப்பற்றி மனத்தில் சிந்திப்பதால் மட்டுந்தான் இது சாத்தியமா?

குரு: இல்லை! மனத்தில் இதைப்பற்றிச் சிந்திப்பது மிக முக்கியமானதுதான். ஆனால், உன் சிந்தனை நீ செய்யும் தியானப் பயிற்சியுடன் இணைந்தால் தான், உன் முயற்சிக்குப் பலன் கிடைக்கும். ஓர் ஆணா, ஒரு பெண்ணோ தனியாகக் குழந்தைகளைப் பெற முடியாது.

சீடன்: மனோதத்துவ நிபுணர்கள், மனநோயாளிகளை அவர்களுடைய முற்பிறவிகளுக்கு எடுத்துச் சென்று, அவர்களுடைய பிரச்சினைகளைத் தீர்த்திருக்கிறார்கள். முற்பிறவியைப்பற்றி அறிந்து கொள்வதற்கும், இதற்கும் உள்ள வேறுபாடு என்ன?

குரு: உன் 'உள்' செல்வது போல் வேறு எதுவும் மேன்மையானது அல்ல. நீ எங்கு செல்ல வேண்டும் விரும்புகிறாயோ அங்கு நீயாகச் செல்ல வேண்டும். மனோதத்துவ நிபுணர் ஏதாவது ஒன்றைக் காண்பிக்கலாம். நீ இன்னும் பலவற்றுக்கு முக்கியமான விவரங்களையும், கிடைத்த விவரங்களுக்கு, அவற்றின் அர்த்தங்களைத் தேடிக்கொண்டிருப்பாய். விஞ்ஞானத்தைப் பொறுத்தவரை மூளையின் சக்தி இன்னும் புதிராகவே உள்ளது என்பதை

ஒப்புக்கொள்ளத்தான் வேண்டும். யோசிப்பதால் மட்டும் அதன் சக்தியை வெளிக்கொண்டு வரமுடியாது. மூளை வெளிப்படுத்தும் சக்திகளை வேண்டுமானால் யோசித்துப் புரிந்துகொள்ளலாம். மூளையின் சக்திகளை வெளிக் கொண்டுவருவதற்குப் பிராண சக்தியால் மட்டுமே முடியும்.

எல்லா விஷயங்களும் நம் 'உள்' தான் இருக்கிறது. ஒரு குடும்பம் போல் எல்லாமே ஒன்றாக நம் ' உள்' தான் இருக்கின்றன. இதயம் உடலுக்குள்தான் இருக்கிறது. கை வெளியே தோன்றினாலும், அதுவுங்கூட இதயத்தைப் போல் உடலுக்குள்தான் இருக்கிறது. கிரந்தங்களில் விவரிக்க முடியாதவற்றை உழைப்பு விளக்கிவிடும். இதை ஓர் அறிவுரையாக எடுத்துக்கொள்!

சீடன்: பிறந்த குழந்தைக்கு அதன் பெற்றோரிடமிருந்தும் மற்றவரிடமிருந்தும் பாசமும், அன்பும் கிடைக்கவில்லை என்றால் அது முரடாகவும், கடினமாகவும் ஆகிவிடுகிறது. அது எதனால்?

குரு: ஆமாம்! நீ கூறுவதை நான் ஒப்புக்கொள்கிறேன். ஆனால், பிறப்பு தொடர்ச்சியானது. அவ்வாறு இருந்தால் அனுபவங்களும் தொடர்ச்சியாக இருக்க வேண்டும். அவ்வாறானால் அதில் ஈடுபடுவதும் தொடர்ச்சியாகும். அதனால் நீ எதில் ஈடுபடுகிறாயோ அது மிகவும் முக்கியமான ஒன்றாகும்.

ஒரு குழந்தை உள்ளது. யாரும் அதற்கு அன்பும், அரவணைப்பும் கொடுக்கவில்லை என்ரு வைத்துக்கொள். அது எதை விதைத்ததோ, அதைத்தானே அறுவடை செய்ய முடியும்? குழந்தை பெற்றோரின் அன்பைப் பெறவில்லை; ஏனென்றால், அன்பைப் பெறுவதற்கு அதற்குத் தகுதியில்லை. அப்படி ஒரு குழந்தை குறைப்பட்டுக்கொண்டால் மனிதர்களான நீங்கள் அதன்மீது அன்பைப் பொழிய வேண்டும். ஒரு சிறு குழந்தையாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது யாரோ ஓர் அந்நியனாக இருந்தாலும் சரி, அல்லது எதுவாக இருந்தாலும் சரி, நீ ஒரே மாதிரி அன்பாக இருக்க வேண்டும்.

* * * * * * * *

18. பிறப்பும் இறப்பும்

தவிர்க்க முடியாத பிறப்புகள், பூர்த்தி செய்ய முடியாத ஆசைகள், தவிர்க்க முடியாத மரணம் – இவை ஒரு முடியாத சுழல். வாழ்வதெல்லாம் இறந்தாலும், மரணத்தை விளைவிப்பது வாழ்க்கையல்ல; ஜனனத்தை அவசியமாக்குவது மரணமுமல்ல. இதை ஒப்புக்கொண்டால் அந்த முடியாத சுழலை உடைத்துவிடலாம். பிறப்பெடுத்தவர்களெல்லாம் ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட வர்கள். ஏனென்றால், மரணமிலாப் பெருவாழ்வு அவர்களுக்கே உரியது.

அமரத்துவம், நீடித்த உடல் வாழ்க்கையல்ல. நீ விரும்பிய பொழுது உன் உடலை விட்டுச் செல்லும் தகுதியைப் பெறுவதே அமரத்துவம். அதுதான் விடுதலை.

* * * * * * * *

சீடன்: பிராண சக்தி இந்த உடலுக்குள் சிறைப்பட்டால் அது பிறப்பெடுத்திருக்கிறது என்று ஆகுமா?

குரு: இல்லை! இல்லை! பிராண சக்தி சிறைப்படுவதில்லை. பிராண சக்திதான் கோட்டை. இந்த உடலுக்குள் ஆத்மா வசிப்பதற்குப் பிராணசக்தி மிகவும் முக்கியமானது. அதே போல், இந்த உடலை விட்டு 'ஆத்மா' மேலே சென்று விடுதலை பெறுவதற்கும் பிராணசக்தி மிகவும் அவசியம்.

சீடன்: ஆத்மாவும், பிராண சக்தியும் பின்னிப் பிணைந்து இருக்கின்றனவா?

குரு: ஆமாம்! பின்னிப் பிணைந்தே இருக்கின்றன.

சீடன்: ஒருவன் தன்னை உணர்ந்துவிட்டால் அவன் மீண்டும் இந்த உலகத்திற்கு இறங்கி வரவேண்டும் என்பதில்லை அல்லவா?

குரு: ஆமாம்! ஆனாலும் இறைவனின் விருப்பம் அவ்வாறு இருந்தால், அவன் இறங்கி வரலாம்.

சீடன்: மரணத்தை எவ்வாறு புரிந்துகொள்வது?

குரு: இந்தத் தொடர்ச்சியான வாழ்வில் பிறப்பைப் போல் மரணமும் இன்னொரு சந்தர்ப்பமாகும். மரணத்தைக் குறித்து எந்த ரகசியமும் இல்லை. நீ எவ்வாறு பயன்படுத்துகிறாய் என்பதைப் பொறுத்து தான் எந்தச் சந்தர்ப்பமும் முக்கியத்துவம் பெறுகிறது. அதனால் நீ இந்த வாழ்க்கையை அதிக பட்சம் பயன்படுத்தமுடிந்தால், அப்பொழுது சுலபமாக மரணத்தையும் பயன்படுத்தலாம். பிறகு, தேவையில்லாமல் எதற்கு மரணமடைய வேண்டும்? நீ உண்மையை உணராவிட்டால் அல்லது நான் குறிப்பிட்ட இந்தச்

சுழலிலிருந்து வெளிவராவிட்டால், அப்பொழுது மரணம் தற்செயலான ஒன்றாகும்; ஆனால், நீ குருவின் அருளால் தேவையற்றதைச் சேர்த்துக் கொள்வதைத் தவிர்த்து, பெற்றதைக் கற்றுக்கொள்ள ஒரு வழி வகுத்து அதைப் பின்பற்றினால், அப்பொழுது மரணம் உன் விருப்பத்திற்கு ஏற்றாற் போல் உன் வசத்தில் இருக்கும். இதுதான் வித்தியாசம். மரணம் உன் வசத்தில் இருந்தால், நீ உன் மரணத்திற்கு எஜமானன் ஆகிறாய். மரணம் உனக்கு அடிபணியும்.

சீடன்: மரண பயமே, மரணம்தானா?

குரு: எவன் ஒருவன் மரண பயத்தைக் கடக்கவில்லையோ, அவன் ஒருபொழுதும் மரணத்தைக் கடக்க முடியாது. மேலும், அது இன்னும் ஒருபிறப்பையும் அவனுக்கு உறுதி செய்கிறது.

ஒருவனுக்கு மரண தண்டனை அளிக்கப்பட்டிருந்தது. எவராலும் அதைத் தடுக்க முடியவில்லை. அவனுடைய கடைசி விருப்பம் என்ன என்று கேட்டார்கள். அவன் பழரசம் அருந்த வேண்டும் என்று கூறினான். அப்பொழுது மாறாத புன்னகையுடன் ஒரு மனிதன் வந்து அவனுக்கு அமுதத்தைக் கொடுத்தான். இவன் அமுதத்தை முன்பு ருசித்ததில்லையல்லவா? அது பழரசம் போல் ருசிக்காததால், அவனுக்கு அமுதம் அளித்த மனிதனின் நல்லெண்ணத்தைக் குறித்துச் சந்தேகம் கிளம்பியது. அமுதத்தை உட்கொண்டதால் மரணமடையாமலிருக்கலாம். ஆனால், பத்து நிமிடங்களில் மரணத்தை சந்திக்கப்போகிறவனுக்கு, அந்தப் பானம் தன்னைக் கொன்றுவிடுமோ என்ற சந்தேகம்! விந்தையாக இருக்கிறதல்லவா?

குருவுக்கும் சீடனுக்குமிடையேகூட இப்படித்தான் நடந்துவிடுகிறது. ஒருவன் தண்டனையை எதிர்நோக்கியிருக்கும் தருத்தில் குரு அவன் வாழ்க்கையில் நுழைகிறார். நோயால் அவதிப்பட்டுக்கொண்டிருப்பவனை. மரணம் அணுகுவதை நீ சுலபமாகக் கண்டுகொள்ளலாம். ஆனால், தண்டனை விதிக்கப்பட்டவன்மீது மரணத்தின் அடையாளம் எதையும் உன்னால் காணமுடியாது அவன் ஒரு பெரிய குத்துச்சண்டை வீரனாகவும் இருக்கக்கூடும்.

மனிதன் தன் உட்குரலைக் (மனசாட்சி) கேட்கப் பொறுமை இல்லாததால், வாழ்க்கையின் ஒரு கட்டத்தில் சுமை தாளாமல் முறிந்தே போகும் ஒரு நிலையை அடைகிறான். அந்தச் சமயத்தில் குரு நுழைந்து, அவன் அமரத்துவம் அடைவதற்கு எளிய முறையை அளிக்கிறார். எளிமையானவை மிகச்சுலபமாகச் சந்தேகிக்கப்படுகின்றன. குருவும், அவருடைய வழியும்கூட அப்படித்தான் சந்தேகிக்கப்படுகின்றன.

சீடன்: பிறவிச் சுழலிலிருந்து வெளிவருது எவ்வாறு?

குரு: இனிமையான, இனிமையற்ற முனைப்புகள் (tendencies) பலவற்றைப் பிறவிதோறும் சேகரித்து, நீ சேகரித்ததைப்பற்றி இப்பிறவியில் சிந்திக்கத்

தொடங்கியிருக்கிறாய். நாம் இப்பொழுது இந்தப் பிறவியை மட்டும் எடுத்துக்கொள்வோம். இப்பிறப்பில் நீ நம்பத்தொடங்கியவை யாவை? உனக்கு முற்பிறவிகள் இருந்தன என்பதையும், நீ அந்தப் பிறவிகளில் பல விதமான முனைப்புகளையும் (tendencies) ஊழ்வினையையும் சேகரித்துக் கொண்டிருக்கிறாய் என்பதையும் நம்பத்தொடங்கியிருக்கிறாய். இப்பிறப்பிலும் நீ இவ்வண்ணம் சேகரித்திருக்கிறாய். நீ சேகரித்துக்கொண்டிருப்பதை நிறுத்துவதற்கு ஒரு வழி காண வேண்டும். நீ ஏற்கெனவே சேகரித்திருப்பதை தியானப்பயிற்சியால் பெருமளவுக்கு உன்னால் எரித்துவிட முடியும். குரு உன்னை விறகு வெட்டச் சொன்னால், அதைச் செய்து நீ இந்தப் பிறவிச் சுழலிலிருந்து வெளிவரலாம். ஆனால், உன் குரு உன்னை விறகு வெட்டுமாறு பணித்த பிறகும், நீ ஒரு மூலையில் அமர்ந்து தியானம் செய்தால், அப்பொழுது இந்தச் சுழலிலிருந்து உன்னால் வெளிவர முடியாது.

சீடன்: அமரத்துவம் என்றால் என்ன?

குரு: புத்தகங்கள், நீடித்த உடல் வாழ்க்கையை அமரத்துவம் என்று கூறுகின்றன. அது அமரத்துவம் ஆகாது. ஒருவன் தன் உடலில் ஐயாயிரம் ஆண்டுகள் வாழ்ந்துகொண்டிருந்தாலும் அது அமரத்துவம் ஆகாது. உடல் அமரமாகாது. உடல் அழியக்கூடியது. அது ஐம்பது ஆண்டுகளோ, ஐயாயிரம் ஆண்டுகளோ நீடித்தாலும் இறுதியில் அழிந்துதான் போகும். ஆத்மாதான் அழியாதது. நீ விரும்பிய பொழுது உன் உடலை விட்டுச் செல்லும் தகுதியைப் பெறுவதே அமரத்துவம். அதுதான் விடுதலை.

சீடன்: மரணம் சம்பவித்தால், அதனால் பாதிப்பு அடைந்தவர்களுக்கு எவ்வாறு உதவ முடியும்?

குரு: மரணம் சம்பவித்தால் அதனால் பாதிப்பு அடைந்தவர்களுக்கு ஏதாவது ஒரு வகையில் நீ உதவ வேண்டும். இதமான வார்த்தைகள், தேகத்தால் உதவி செய்வது இப்படி எந்த கையிலும் உதவலாம். நீ எந்த விதத்திலும் யாருடைய மனத்தையும் புண்படுத்தக்கூடாது. அவர்கள் எண்ணுவது ஒழுங்கான முறையில் இல்லாவிட்டாலும் அவர்கள் மனத்தைப் புன்படுத்தக் கூடாது. அவர்கள் தங்கள் வழக்கப்படி, மரணம் ஏற்பட்டால் அரிசியைக் காப்பிப் பொடியுடன் கலக்க வேண்டும் என்று வலியுறுத்தினால் அவர்கள் அவ்விதமே செய்துவிட்டுப் போகட்டுமே! நீ அதைப் பொறுத்துக்கொள்.

சீடன்: ஓர் ஆத்மா ஆணாகவோ அல்லது பெண்ணாகவோ பிறப்பது எவ்வாறு?

குரு: எந்த ஆணும் தனிப்பட்டதாக ஆணும் இல்லை; எந்தப் பெண்ணும் தனிப்பட்டதாகப் பெண்ணும் இல்லை. முற்பிறவிகளில் தேடிக்கொண்ட முனைப்புகளின் (tendencies) விகிதத்தைப் பொறுத்து ஓர் ஆத்மா ஆணின் வடிவத்தையோ, அல்லது பெண்ணின் வடிவத்தையோ தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்கிறது.

எதிர்க்கும் தன்மை ஆணுக்கும், பெண்ணுக்கும் இருக்கலாம். ஆனால், கோபம் ஆண்மையின் வெளிப்பாடு. கலை இருபாலாருக்கும் பொதுவாக இருக்கலாம். ஆனால், இசை, பெண்மையின் வெளிப்பாடு. சிறந்த ஆண் பாடகர்கள் பாடும் பொழுது தாங்கள் பெண்களாகிவிடுவதை அறியமாட்டார்கள்!

சீடன்: பிறவியெடுக்கும் போது ஆண் அல்லது பெண் பாலைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் முழுச்சுதந்தரம் உள்ளதா?

குரு: ஆம்! இந்தச் சுதந்தரத்தைக் குறித்துப் பெருமைப்படுவதற்கு எதுவுமில்லை. கேடு விளைவிக்கும் பானங்களுக்குள் தேர்ந்தெடுப்பதற்கு என்ன இருக்கிறது? பிறப்பு எடுப்பது உன் வசத்தில் இல்லாதவரையில் பிறப்பெடுப்பது ஓர் இன்பமான விஷயமல்ல. அந்த வகையில், நீ ஆணாகப் பிறந்தால்தான் என்ன? பெண்ணாகப் பிறந்தால்தான் என்ன? நீ தேடிக்கொண்ட முனைப்புகள் (tendencies) சுழன்று வரும். இந்தச் சுழற்சி ஒரு கலெய்டோஸ்கோப்பில் (Kaleidoscope) விதவிதமாகத் தெரியும் வடிவமைப்புகளைப் போன்றது. பிறப்பெடுக்கும் தருணத்தில், பிறப்பெடுப்பதற்காக வரும் வழியில் அந்தச் சுழற்சியில் எதிர்ப்படும் முனைப்பு, அந்தப் பிறவியில் அதன் பாலை நிர்ணயிக்கும். அதனால்தான் சில பெண்களிடம் ஆண்மையின் வெளிப்பாடும் சில ஆண்களிடம் பெண்மையின் வெளிப்பாடும் அமைகின்றன. ஆத்மா வெளிவரும் பொழுது நழுவுதல் ஏற்படுகிறது.

சீடன்: அப்படியானால், ஆணாகப் பிறப்பெடுப்பதா பெண்ணாகப் பிறப்பெடுப்பதா என்பதை ஆத்மாதான் நிர்ணயிக்கறதா?

குரு : இல்லை! இல்லை! ஆத்மா நிர்ணயிப்பதில்லை. ஆத்மாவை சூழ்ந்திருக்கும்.,அதைச் சுற்றிக்கொண்டிருக்கும் முனைப்புகள் (tendencies) தான் அதை நிர்ணயிக்கின்றன. ஆத்மா விடுபட முடியாத அளவுக்கு அதைச் சூழ்ந்து அந்தப் பல விதமான முனைப்புகள் சுழன்று கொண்டிருக்கும் வரை பிறப்பை ஆத்மா தவிர்க்க முடியாது. ஆணாகவோ பெண்ணாகவோ பிறப்பது ஆத்மாவின் வசம் இல்லை. அதைச் சூழ்ந்து கொண்டிருக்கும் முனைப்புகளே ஆணா, பெண்ணா என்பதை நிர்ணயிக்கின்றன.

ஆத்மாவை, முனைப்புகள் (tendencies) சுழன்று வந்து கொண்டிருக்கின்றன. ஆத்மா பிறப்பெடுப்பதற்கு வர வேண்டிய வழியும் உள்ளது. தவளைகளின் முட்டைகளைப் போல் கூட்டம் கூட்டமாக ஒன்றையொன்று ஒட்டிக்கொண்டு, முனைப்புகள் (tendencies) ஆத்மாவை சுற்றிச் சுற்றி வரும். அத்த முனைப்புகளுள் ஒன்று மிகப் பிரகாசமாகத் தோன்றியவண்ணம், ஆத்மா பிறப்பெடுக்க வரவேண்டிய வழியில் எதிர்ப்பட்டுப் பிறப்பை பெண்ணா, ஆணா என்று நிர்ணயிக்கும். சுற்றி வரும் முட்டைகளைப் போன்ற மற்ற முனைப்புகள் எல்லாம் ஆண்மையின் வெளிப்பாடாகவே இருந்தாலும், பிறப்பெடுக்க வேண்டிய தருணத்தில் பிரகாசமாக எதிர்ப்பட்டுப்

பாலை நிர்ணயித்த அந்தக் குறிப்பிட்ட முனைப்பு (tendency) பெண்மையின் வெளிப்பாடாக இருந்தால் அந்த ஆத்மா பெண்ணாகத்தான் பிறக்கும். பின்னணி ஆண்மையாகவே இருந்தாலும், அது பிறப்பது பெண்ணாகவே.

சீடன்: ஓர் ஆத்மா இப்பிறவியில் ஆணாகப் பிறக்கிறது; அடுத்த பிறவியில் பெண்ணாகப் பிறக்கிறது. இந்த மாற்றத்திற்கு என்ன காரணம்?

குரு: இப்பொழுது நாம் ஒரு பிறப்பிலிருந்து இன்னொரு பிறப்பைக் குறித்து விவாதம் செய்கிறோம். இதில் இரண்டு விஷயங்கள் உள்ளன. ஒரு பிறவியில் செய்த வினைக்கு அடுத்த பிறவியில் விளைவு ஏற்படுகிறது. விளைவு உடனேயும் ஏற்படலாம், சற்றுத் தாமதமாகவும் ஏற்படலாம். இரண்டாவது, அவன் ஜென்ம ஜென்மமாகச் சுமந்துகொண்டிருக்கும் முனைப்புகளுக்கு (tendencies) இரையானால் அதைப் பொறுத்து அடுத்த பிறப்பு ஆணாகவோ பெண்ணாகவோ மாறக்கூடும். இந்த இரண்டு குறிப்புகளையும் நீ நினைவில் வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்.

சீடன்: உடல், மனம், சூட்சமம் என மூன்று நிலைகள் உள்ளன. இந்த முனைப்புரள் (tendencies) எந்த நிலையில் பொருந்துகின்றன?

குரு: மனம், சூட்சமம் ஆகியவற்றில் பொருந்துகின்றன. அது சூட்சமமாக இருப்பதற்குக் காரணம், மனிதர்கள் அடிப்படையாகவே தெய்விகமானவர்கள் என்பதே. மனிதர் என்ற சொல்லே 'மனம்' என்பதிலிருந்து வந்ததுதானே! முனைப்புகள் மனத்தில் பொருந்துவதாகச் சொன்னதற்குக் காரணம் இதுதான். 'மனிதன்', 'மனம்', 'மனஸ்'- பெயரிலேயே உடலைப்பற்றிய குறிப்பில்லை பார்த்தாயா? ஏனென்றால் 'உடல்', மனிதனின் நிலையல்ல.

மனிதன் 'மனம்' 'சூட்சமம்' என்கிற நிலைகளிலிருந்து இறங்கி 'உடல்', 'மனம்', என்கிற நிலைகளுக்கு வந்துவிடுகிறான். அவன் 'மனம்', 'உடல்', என்று ஆரம்பித்தால்கூட முன்னேறுவதற்கு ஓர் அளவு வாய்ப்பு இருக்கும். ஆனால், அவன் உடலிலிருந்து ஆரம்பிக்கிறானே! உடலையே பற்றிக் கொண்டு இருப்பவர்கள் ஆத்மா எவ்வளவு இனிமையானது என்பதை அறியவே மாட்டார்கள்.

சீடன்: மரணத்தின் பொருள் என்ன?

குரு: நீ மூன்று விஷயங்களை நினைவில் கொள்ள வேண்டும். ஒன்று, மரணம் எதனுடைய முடிவும் அல்ல. இரண்டு, நீ அமைதியாக உன் உடலை விருப்பத்துடன் விட்டுச் செல்ல வேண்டும், அதாவது, நீ மரணமடையக் கூடாது. மூன்றாவது, நீ ஆன்மிகத்தில் அதிகத் தேர்ச்சி பெற்றிருக்காவிட்டாலும், நீ நிஜமாகவே சாவைச் சந்திப்பதற்கு முன்னாலேயே, அஞ்சிச் அஞ்சி சாகக் கூடாது! நீ எப்படியும் இறக்கத்தான் போகிறாய் என்பதை அறிவாய். 'மரண பயந்'தான் ஒரு மனிதன் சந்திக்கும் மிகக் கொடுமையான துன்பம். அந்த பயம் வரும் போது அவனால் எதுவும் செய்ய முடியாது. அந்தத் தருணத்தில்

அவனுக்கு எதுவும் உதவ முடியாது. ஏனென்றால், மரணமின்மை என்பது உடலிலேயே நீடித்து வாழ்ந்துகொண்டிருப்பதல்ல. அமரத்துவம் என்பது உடலிலேயே நீடித்து உடலை அழியாமல் வைத்துக்கொள்வதல்ல. மரணமின்மை என்பது பரம்பொருளுடன் ஒன்றிப்போவதாகும். மரணமின்மை என்பது நீ விரும்பிய பொழுது உன் உடலை விடுத்துச் செல்லக்கூடிய ஒரு பக்குவம் ஆகும். மரணமின்மை என்பது உன் மோகத்தை உடைப்பதற்குத் தகுந்த நேரத்தைத் தேர்ந்து எடுப்பது ஆகும். நீ ஒரு பெரிய கலைஞனாக இருந்தால், மிக உயர்ந்த பவித்திரமான படைப்பொன்றை இங்கு விட்டுப்பின் பரம்பொருளுடன் ஐக்கியமாகிவிடுவாய். நீ ஒரு பெரிய அறிவாளியாக இருந்தால், உன்னுடைய அறிவையும், உன் உயர்ந்த நோக்கங்களையும் இவ்வுலகில் பரவ விட்டு, 'நீ' பரம்பொருளுடன் ஐக்கியமாகிவிடுவாய்.

சீடன்: வாசனைகளைத்தான் விட்டுச் செல்கிறோமா?

குரு: நீ விட்டுச் செல்வது வாசனைகளையல்ல. அவை பவித்ரம் பெற்ற அறிவு, உன்புலன் நுகர்ச்சியின் அனுபவ அறுதி. அதையும் கடந்த பிறகும் 'நீ' என்பது தொடரும். இந்தப் பவித்திரமான அறிவு பரம்பொருளுடன் சம்பந்தப்பட்டிருக்கிறது என்று உறுதியாகத் தோன்றுகிறது. சித்த சக்திகள், பவித்திரமான அறிவு, பணிவு இவையெல்லாம் அழிவில்லாத 'நீ'யுடன் சம்பந்தப்பட்டிருக்கின்றன. கடைசியாக இவற்றையெல்லாம் இந்த உலகத்தின் நன்மைக்காக உலகத்திலேயே விட்டுவிட்டு, நீ மேலே சென்று பரம் பொருளுடன் ஒன்றிவிடுவாய். அதாவது, நீ 'அதாக' ஆகிவிடுவாய்.

சீடன்: அந்த நீ என்பது என்ன?

குரு: அதுதான் எந்த மாற்றமும் அடையாத ஒன்று. அதற்கு எந்த விதமான தன்மைகளும் இல்லை. அது ஏறத்தாழ பிராண சக்தியாகவே இருக்கிறது. அந்த ' நீ' க்கும் பிராண சக்திக்கும் இடையே உள்ள வேற்றுமை மிகவும் நுட்பமானது. ஆனால், அந்த வேறுபாடு தவிர்ந்துவிடும்.

சீடன்: அந்தப் பிராண சக்தியும், அந்த நீயும் ஒரு நிலையில் ஒன்றுவதற்கு எது காரணமாக உள்ளது?

குரு: பிராண சக்தி மட்டுந்தான் உனக்கு அந்த 'நீ' யை அடையாளம் கண்டு கொள்ள உதவுகிறது. அந்த 'நீ'க்கு எந்த விதமான தன்மைகளும் இல்லை. 'உணர்வு நிலை' என்பது நாம் போதுவாகக் குறிக்கும் விதத்தில் அந்த 'நீ'க்கு இருப்பதில்லை. இருப்பினும், ஏதோ ஒரு வகையில் அந்த 'நீ'யை அடையாளம் கண்டு, உணர்ந்துகொள்ள வேண்டியது அவசியம். அப்படி உணர்ந்து கொள்வதற்கு, பிராண சக்தி மட்டுமே உதவுகிறது. தன்மைகளற்ற, நிஜமான 'நீ'யை அறிந்துகொள்ளச் செய்வது பிராண சக்தி மட்டுமே. அதனால் அந்த உண்மையான 'நீ'யைச் சூழ்ந்திருக்கும் பொய்யான, 'நீ'யைக் களைவதும்

பிராண சக்தியே. மிகவும் உயரிய அறிவும்கூட அந்தப் 'பொய்யான நீ'யினுடையதே!

சீடன்: இன்னொரு 'நீ'யைக் குறிப்பிட்டுக் கூறினார்கள், அதுதான் பொய்யான நீயா?

குரு: ஆமாம்! அவைதாம் 'பொய்யான நீ'. கடைசியில் நீ, பிறகு பிராண சக்தி. இதுதான் சரியான வரிசைக்கிரமம். ஒன்று, இரண்டு, மூன்று! பரிசளிக்கும் விழாவில், முதலில் மூன்றாவது பரிசைத்தான் அறிவிப்பார்கள்.

சீடன்: அப்படியானால் மூன்றாவது என்ன?

குரு: மூன்றாவதுதான் பவித்ரம் பெற்ற மிகவும் உயரிய அறிவு. இரண்டாவது பிராணசக்தி! முதலாவது , அந்த 'நீ'!

சீடன்: நான் தியானப் பயிற்சியில் தேர்ச்சி பெற்று அந்தப் பரம்பொருளுடன் ஒன்றிவிட்டால், மீண்டும் பிறப்பெடுப்பதற்கு என்ன அவசியம் இருக்க முடியும்?

குரு: அந்தப் பரம்பொருளுக்கு ஒரு 'ரகசிய மையம்' (Secret core) உள்ளது. அதை வார்த்தையால் விவரிக்க முயல்வது வியர்த்தமாகும். பரம்பொருளின் அந்த ரகசிய மையம் (Secret core) விரும்பினால்தான் தன்மைகளற்ற 'நீ' தனிப்பட்டு வெளிவர முடியும்.

அவன் அடுத்த பிறவி எடுத்தால் அப்போதும் உண்மையை உணர்ந்தவனாகவே இருக்கிறான். அவனுக்கு அந்தப் பிறப்பு கொடுக்கப்பட்டிருக்கிறது. அவனால் அந்தப் பிறப்பை தேர்ந்தெடுத்துக் கொள்ள முடியாது. நீ உண்மையை உணராதவரையில் இந்தப் பிறப்பு, இறப்பின் சுழற்சியில் சிக்கியுவனாகத்தான் இருப்பாய். அந்த இறப்பு, பிறப்பைப் பொருத்தவரை தேர்ந்தெடுக்க எந்த உரிமையும் உனக்கு இல்லை. நீ விடுதலை பெற்றது பரம் பொருளுடன் ஒன்றிய பிறகும், பிறப்பெடுப்பதைக் குறித்து நீ எதையுமே தீர்மானிக்க முடியாது; சில சமயம் பிறப்பெடுக்குமாறு கேட்டுக்கொள்ளப்படுவாய்; சில சமயம் பிறப்பெடுத்தபிறகுதான் அதை உணரவே செய்வாய். ஆனால், ஒன்று! அப்படிப் பிறக்கும் போது நீ சாதாரண மனிதனைப் போல் கர்மச் சுழலில் சிக்கிக்கொள்வதில்லை. உன்னுடைய இருபத்து எட்டாவது அல்லது இருபத்திரண்டாவது பிறப்பில் முப்பத்தைந்தாவது வருடம் யாராவது ஒருவர் உன்னிடம், 'நீ' ஏன் இவ்வாறு கர்மச் சுழலில் சிக்கி அழுகிக் கொண்டிருக்கிறாய்? நீ உடலில்லை, நீதான் ஆத்மா'' என்று கூறி உனக்கு ஞாபகப்படுத்த வேண்டிய அவசியமில்லை. ஏனென்றால், நீ உண்மையை உணர்ந்தவனாகவே இருப்பாய்.

சீடன்: அமரத்துவத்திற்கும் மரணமின்மைக்கும் என்ன வித்தியாசம்?

குரு: எந்த வித்தியாசமுமில்லை.

சீடன்: உலகத்தில் சஞ்சரிப்பதற்கு நாம் எந்த நிலையில் இருக்க வேண்டும்?

குரு: 'நீ' என்பது முதலாகும். 'பிராண சக்தி இரண்டாவதாகும். பவித்திரமான அறிவு மூன்றாவதாகும். இந்த உலகத்தில் சஞ்சரிப்பதற்கு நீ 'மூன்றாவதாக' இருக்க வேண்டும். அதாவது பவித்திரமான அறிவுடன் இருக்க வேண்டும். இவ்வுலகில் நிறையபேர் மூன்றாவதாக இருக்கிறார்கள். அவர்கள் 'மேலே' செல்ல முடியாததால் இவ்வாறில்லை. ஆனால், இறைவன் அவர்களை இந்த நிலையில் இருக்கச் சொல்லியிருக்கிறார். ஏனென்றால், அப்பொழுதுதான் மேலிருந்து வரும் செய்தியை அவர்களால் மக்களிடையே பரப்ப முடியும்.

சீடன்: 'மூன்றாவது நிலை'யில் (பவித்திரமான அறிவு) இருப்பவர்களுக்கு ஊழ்வினைப்பயன் இல்லையா?

குரு: அவர்களுக்கு ஊற்வினைப்பயன் என்பது மிகமிகக் குறைவு. அவர்கள் ஏறக்குறை, 'அதுவாகவே' (பரம்பொருள்) இருக்கிறார்கள். மூன்றாவது நிலையிலிருந்து இரண்டாவது நிலையும், முதலாவது நிலையும், உயரே இரண்டு அங்குல இடைவெளியில் இருக்கின்றன.

சீடன்: பவித்திரமான அறிவு நிலையான 'மூன்றாவது நிலை' சௌகரியமாக இருக்குமா?

குரு: இருக்காது. இப்பொழுதேகூட நீ சௌகரியமாக இருக்கலாம். ஆனால், பரம்பொருளை அடைந்த நிலை இருக்காது. ஆனால், பரம்பொருளுடன் ஒன்றும் நிலை அவசியமானது, இல்லாவிட்டால் இந்தச் சௌகரியம் இல்லாமல் போய்விடும்.

சீடன்: இவ்வாறான கேள்விகள் எப்பொழுது முடிவு பெறும்?

குரு: கேள்வியிலிருந்து கேள்வி பிறக்கிறது. எல்லோரும் இதை அறிவார்கள். ஆனால் இந்தக் கேள்விகள் எல்லாம் ஒரு புனிதமான பாதையில் சென்று ஒரு முடிவைக் காண வேண்டும். அந்த முடிவே 'நிரந்தரம்' ஆனால், அதுவும் உண்மையில் முடிவல்ல. அது, நீ ஒரு சிகரத்தை மிகவும் கஷ்டப்பட்டு அடைந்த பிறகு, முடிவில் அங்கு மேகங்களைக் காண்பது.

சீடன்: அந்த மலைகளும் மேகங்களும் நிரந்தரமானவையா?

குரு: மலைகளும் மேகங்களும் நிரந்தரமானவையல்ல. நிரந்தரமான, ஒன்று உள்ளது. அதுதான் இவற்றைத் தாங்கி நிறுத்தி வைக்கிறது. அதுதான் பரம் பொருள்.

சீடன்: இந்த மூன்றாவது 'நிலையில்' நான் என்னவாக இருக்கிறேன்?

குரு: நீ அங்கே அப்பியாசியாக இருப்பதில்லை.

சீடன்: நீங்கள் கூறுவது 'மூன்றாவது' நிலையில் இருக்கும் நபரைக் குறித்தா அல்லது பவித்திரமான அறிவைக் குறித்தா?

குரு: அந்த நிலையில் இவையிரண்டும் அதிகம் வேறுபட்டவையல்ல.

சீடன்: அப்படியானால் முதலில் பிராண சக்தியாகிப் பிறகு அந்தப் பெரிய 'நீ'யாக வேண்டுமா?

குரு: ஆமாம்! எல்லோரும் இவ்வாறு ஆக வேண்டும் ஆணானாலும், பெண்ணானாலும், அவர் எங்கே பிறப்பு எடுத்திருந்தாலும், அதுதான் முடிவாகும்.

சீடன்: அந்தப் பெரிய நீ என்ன செய்கிறது?

குரு: அந்தப் 'பெரிய நீ' சாட்சியாக இருந்து எல்லாவற்றையும் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறது. முழு ரகசியத்தின் ஒழுக்கத்தைக் கண்காணிப்பதே ரகசிய மையம் (Secret Core). அந்த 'ரகசிய மையமே' நிரந்தரம். முழுக் காட்சியையும் அது பார்வையிடுகிறது.

சீடன்: நிரந்தரமாகிய அந்தப் பரம்பொருளிலிருந்து வரும் ஆத்மா, அழியக்கூடிய உடலில் பிறவி எடுக்கிறது. அந்த நிரந்தரத்தின் மையத்தைப் (core) ஒப்பிட்டுக் கூறப்படுகிறது. நீ குருவுக்கு இசைந்தால், நீ அந்தப் பரம் பொருளுக்கு இசைகிறாய் என்று பொருள். யோக மார்க்கத்தவரான குரு சத்தியப்பாதையில் உன்னைச் செல்லத் தூண்டிக் கெஞ்சுவார். சத்திய வழிக்கு வராமல் நீ முரண்டு செய்யலாம். ஆனால், அதற்காக அவர் தண்டிப்பதில்லை. நீ விருப்பத்தோடு இசைய வேண்டும். என்பதே அவர் வேண்டுவது. அவர் ஒரு யோகமார்க்கத்தின் குரு ஆவார்.

சீடன்: நிரந்தரத்தின் மையம் (core) தான் இறைவன் என்று சொல்லப்படுகிறதா?

குரு நிரந்தரத்தின் இந்த மையம் (ஷச்சுக்) தான் இறைவனாகும்.

சீடன்: உணர்ச்சிகள் இயற்கையானவை? அவற்றைத் தவிர்க்க முடியுமா?

குரு: மனித ' நிலையில், ஆரம்பத்தில் தவிர்க்க முடியாதவையே. அடுத்த கட்டத்தில் உணர்ச்சிகள் ஒரு தொந்தரவாக இருக்கும். அதற்குப் பிறகு உணர்ச்சி இயல்பாகிவிடும். அதற்குப் பிறகு 'மூன்றாவது நிலை'யில் அதாவது, பவித்திரமான அறிவு நிலையில் உணர்ச்சி கருணையாகிவிடும். அதற்கும் பிறகு அது இந்த வகையிலெல்லாம் அறிந்துகொள்ள முடியாத ஒன்றாகிவிடும்.

சீடன்: உணர்ச்சி எங்கே தொடங்குகிறது?

குரு: கருணை சிதையும்போது அது உணர்ச்சியாகிறது.

சீடன்: அப்படியானால் அந்தப் பெரிய 'நீ'யில் உணர்ச்சி என்பதே இருப்பதில்லை என்று கூறுகிறீர்களா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! நீ வாசனைகளின் கட்டாயத்தால் அழியக்கூடிய உடலில் சிறைப்பட்டிருக்கும் பொழுது, கருணையை உணர்ச்சி என்று தவறாகக் கருதிவிடுகிறாய். அதனால் பெரிய குருமார்கள் மன ஒழுக்கத்தைக் கற்றுக்கொடுக்கும் பொழுதே கருணையைப்பற்றியும் நினைவுபடுத்துவார்கள். கருணையை எவருக்குள்ளும் புகுத்த முடியாது. ஏனென்றால் தொடக்கத்தில் எல்லோரும் கருணையானவர்களே! "ஐயா, எனக்குக் கருணையில்லை. எனக்குச் சிறிதளவேனும் கருணையைக் கொடுங்கள்" என்று நீ குருவிடம் கூறினால், குரு சிரித்துவிட்டு, "ஆகட்டும் பார்க்கலாம்" என்றுதான் கூறுவார். 'பார்க்கலாம்' என்று அவர் சொல்வதன் பொருள் என்னவென்றால், நாம் இருவரும் சேர்ந்து உனக்குள் இருக்கும் கருணையைப் பார்ப்போம், என்பதே! ஒரு குருவிடம் இருக்கும் போற்றத்தக்க தன்மை யாதெனில், நீ எதையும் உணர்ந்து கொள்வதற்கோ, செய்வதற்கோ அவர் அதிகம் உதவினாலும் கூட நீயே சுயமாக அவ்வாறு செய்தாய் என்று உன்னை எண்ண அனுமதித்து அதனால் ஏற்படும் இன்பத்தைத் தக்க வைத்துக்கொள்ள அனுமதிக்கிறார் என்பதே!

சீடன்: உணர்ச்சிகள் 'மூன்றாவது நிலை'க்குப் பிறகு இருப்பதில்லை. ஆனால், இறைவன் எங்கும் இருக்கிறார் என்றால், உணர்ச்சிகள் எவ்வாறு இறைவனுக்கு வெளியே இருக்க முடியும்? எப்படி உள் இறைவன் என்றும் வெளி இறைவன் என்றும் இருக்க முடியும்?

குரு: வெளி இறைவன் என்றெல்லாம் எதுவும் இல்லை. நீயும் உன் ஆடையும் ஒன்று அல்ல. ஆனாலும், நீ அந்த அந்த ஆடையைச் சுமக்கிறாய்.

சீடன்: அந்த உணர்ச்சிகளை நாம் எங்கே விடுகிறோம்?

குரு: உணர்ச்சிகளை விட்டுவிடுவதா? அவற்றை நீ விடுவதில்லை. அவையெல்லாம் இறுதி நிலையில் கருணை என்ற ஒன்றாக மாறிவிடுகின்றன.

சீடன்: அந்த இறுதி நிலையையும் கடந்து செல்லும் பொழுது கருணையையும் விட்டுச் செல்ல வேண்டும் அல்லவா?

குரு: இல்லை! நாம் கருணையை விட்டுச் செல்வதல்லை. இல்லை! இல்லை! இதை நீ ஒழுங்காகப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். பிராண சக்திக்கோ அல்லது அந்தப் 'பெரிய நீ'க்கோ கருணையுடன் எந்தச் சம்பந்தமும் இல்லை என்று சொல்கிறாயா? நீ சொல்வது சரியல்ல.

சீடன்: அவற்றுக்குத் தன்மைகள் கிடையா அல்லவா? தன்மைகள் எங்கே தங்கிவிடுகின்றன?

குரு: ஆமாம்! நீ புரிந்துகொள்ளும் வகையிலோ அல்லது உனக்குப் புலப்படும் வகையிலோ பெரிய 'நீ' யில் கருணை, செயல் விளக்கம் பெறுவதில்லை.

சீடன்: அப்படியானால் அது ஒளியின் வடிவத்தில் தெரியுமா?

குரு: ஒளியை மூன்றாவது நிலையிலேயே காண்பாய். அதற்கு முன்பேகூடக் காண்பாய்.

சீடன்: ஒளிதான் யாவற்றையும் ஊடுருவிச் செல்வதாக உள்ளது என்றால் ஒளி தான் இறுதியான சக்தி வடிவமா?

குரு: இறுதியில் ஒளி இறங்குகிறது. உன் உள் இருக்கும் ஒளியும், உனக்குள் இறங்கும் ஒளியும் ஒன்றேதான். அவை இணைபிரியாதவை. இதைத்தான் யோகிகள் 'சிவனும், சக்தியும்' என்று அழைக்கிறார்கள்.

சீடன்: ஒரு மனிதன் இந்த உடலை விட்டுச் செல்லும் போது பஞ்சபூதங்களுள் நுழைகிறான். அவன் அறிவையும் விட்டுச் செல்கிறான். ஆனால், உணர்ச்சிகள் என்ன ஆகின்றன?

குரு: நீ மரணமின்மை என்ற நிலையை அடையாவிட்டால் கதையே வேறு! மூன்றாவது, இரண்டாவது, ஒன்றாவது நிலைகள், மரணமின்மையை அடைந்தவர்களுக்கு மட்டுமே பொருந்தும். நீ மீண்டும் பிறப்பெடுப்பவனாக இருந்தால் அந்தக் கதையே வேறு!

சீடன்: மரணமின்மை என்ற நிலையை அடையும் போது மீதமிருக்கும் உணர்ச்சிகளுக்கு என்ன ஆகிறது?

குரு: நீ 'மூன்றாவது நிலை'யை அடையும் போதே அங்கே கருணையைத் தவிர வேறு எதுவுமில்லை என்னும் அளவுக்கு புனிதமடைந்துவிடுகிறாய். மஹான் ஏசு, தன்மீது கற்களை எரிந்தவர்களைப் பொறுத்துக்கொண்டார். அதைத் தாங்கக்கூடிய நிலையில் இருந்ததால் அவர் பொறுத்துக் கொண்டார் என்றில்லை. அவர்களிடம் அவரால் குறை காண முடியவில்லை. கருணையின் காரணமாக அவருக்குக் கோபம் வரவில்லை. அவர்களை எந்த விதத்திலும் காயப்படுத்தவில்லை. ஆம்! நீ 'மூன்றாவது நிலை 'யை அடைந்த பிறகும் பல வருடங்கள் இந்த உடலிலேயே வாழ்ந்துகொண்டிருக்கலாம். அப்படி வாழ்ந்து கொண்டிருந்தால் நீ மக்களுக்காகச் சேவை செய்து கொண்டிருப்பாய்.

சீடன்: 'மூன்றாவது நிலை'யில் இருக்கும் பொழுது அந்த நிலையிலேயே வாழ்ந்துகொண்டிருப்பதா அல்லது மேலே முன்னேறுவதா என்பது நம் விருப்பத்துக்கு விடப்படுமா?

குரு: 'மூன்றாவது நிலை'யிலிருந்து அடுத்ததாகப் 'பிராண சக்தியாக ஆக வேண்டும். அந்த சமயத்தில் 'மூன்றாவது நிலை' பவித்திரமான அறிவு ஆகும். அந்தப் பவித்திரமான அறிவையும் விட்டுவிட வேண்டும். நீ விடுதலை பெற

வேண்டுமென்றால் அதற்கு இரண்டு காரணங்கள் உள்ளன. ஒன்று மற்றைய மனிதர்க்கு அது ஒரு சேவையாக இருக்கும். இரண்டாவது, அதில் ஒரு அபாயமும் உள்ளது. அதனால்தான் 'மூன்றாவது நிலை' யிலிருந்து இயற்கையான பிராண சக்திக்குச் செல்ல வேண்டும். நீ இந்த நிலைகளை அடைந்தால்தான் அவற்றைப்பற்றித் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள முடியும்.

சீடன்: 'நிரந்தரமான பரம்பொருளுடன்' ஐக்கியமான பிறகு ஒருவன் எதற்காக உலகில் மீண்டும் பிறக்க வேண்டும்?

குரு: மற்றவர்களை அவர்களின் ஊழ்வினையிலிருந்து (கர்மா) மீட்டு வெளிக் கொண்டு வருவதற்காக!

சீடன்: ஒருவன் இந்த உடலைப்பற்றி இருக்க வேண்டும் என்றால், அதற்கு வினைப்பயன் இருக்க வேண்டுமல்லவா?

குரு: நீ இதைச் சுலபமாகப் புரிந்துகொள்ளலாம். நீ அந்த ரகசிய மையத்தை (Secret core), அடைந்த பிறகு திரும்பி வந்தால், இந்த மூன்று நிலைகளையும் கடக்க வேண்டும். இந்த மூன்றாவது நிலைபான பவித்திரமான அறிவிலிருந்து நீ கீழே இறங்கினால் சிக்கிக்கொள்வாய்.

சீடன்: நீ சிக்கிக்கொண்டால் உடலில் பிறப்பு ஏற்படும் அல்லவா?

குரு: அறிந்தே ஏற்படும்! அதனால்தான் விவேகானந்தர் "கோடிக்கணக்கான பிறவிகளை நான் எடுத்தால்தான் என்ன?" என்று கூறினார். அவர் தன் மீது அவ்வளவு நம்பிக்கையுடன் இருந்தார். அதனால்தான் அவ்வாறு கூறினார். அதனால்தம் சக்தியை வெளிக்காட்டிக்கொள்ளவோ அல்லது பெருமை கொள்ளவோ அவ்வாறு செய்யவில்லை.

சீடன்: 'மூன்றாவது நிலையில்' ஏதாவது எல்லைக் கோடுகள் உள்ளனவா?

குரு: ஒவ்வொரு நிலையிலும், எல்லா இடத்திலும் எல்லைக் கோடுகள் உள்ளன. விசித்தரமான விஷயம் என்னவென்றால், ஒவ்வொரு நிலையிலும் நீ சில எல்லைக் கோடுகளை வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்; அதே சமயம் சில எல்லைக் கோடுகளைத் தவிர்க்கவும் வேண்டும். நீ ஓர் அப்பியாசியாக இருக்கும் பொழுது, உனக்கு அமைத்துக்கொள்ள வேண்டிய எல்லைக்கோடு என்னவென்றால், வீண் வம்பு பேசுவதைத் தவிர்க்க வேண்டும். மற்றவரின் தவறுகளைக் குறித்துத் தேவையற்ற கவலைகளையும் தவிர்க்க வேண்டும்.

சீடன்: 'மூன்றாவது' நிலைக்குப் பிறகு,' 'நான்காவது'....... 'ஐந்தாவது'....... 'ஆறாவது'....... என்ற நிலைகள் உள்ளனவா?

குரு: 'நான்காவது'........ 'ஐந்தாவது' .... 'ஆறாவது' என்றெல்லாம் நிலைகள் இல்லை. ஆனால், நிறைய பிரிவுகள் உள்ளன. அந்தப் பிரிவுகளை

ஒவ்வொருவரும், ஒவ்வொரு விதமாக விளக்கியிருக்கிறார்கள். நீ அவற்றையெல்லாம் தவிர்ப்பது நல்லது. எல்லாப் பிரிவுகளும் கீழிருந்து மேல் நோக்கித்தான் செல்கின்றன. மேல் நோக்கிச் செல்லும் போது ஒரு பெரிய முக்கோணத்தைப் போல் அவை உள்ளன. விடா முயற்சி செய்தால் அதன் உச்சியை நீ அடையலாம். இந்த முக்கோணத்தின் மூன்று பக்கங்களும் சமமாக உள்ளன. மூன்று முனைகளும் உள்ளன. உச்சியை அடைந்தவர் மீண்டும் கீழே அனுப்பப்பட்டால், இந்த முக்கோணத்தின் இன்னொரு முனையை எடுத்துக்கொண்டு, அதில் இருப்பார்கள். அங்கிருந்து பணி செய்து மேலே செல்வார்கள். எப்பொழுதும் 'மேலே' இருப்பதே நன்றாக இருக்கும்.

சீடன்: மரணம் ஏற்படும் தருணத்தில் உடலிலோ அல்லது மனத்திலோ வலியோ வேதனையோ இருக்குமா? ஆத்மாவுக்கு உடலை விட்டுச் செல்லும் தருணத்தில் ஏற்படும் உணர்ச்சி என்ன?

குரு: ஆத்மா உணர்வதில்லை. யாரும் எந்த உணர்வுடனும் இறப்பதில்லை ஏனென்றால், இறக்கும் தருணத்தில் உடலைப் பொறுத்த விஷயங்கள் உறக்கத்தில் ஆழ்ந்துவிட்டிருக்கும். ஆனால், காலம் சிறிது விழிப்புடன் இருக்கும்படி பார்த்துக்கொள். நீ இறந்தால் உன் அறிவுடன்தான் இறப்பாய். நீ மீண்டும் அழைக்கப்படும் போதும் அந்த அறிவுடன்தான் அழைக்கப்படுவாய். வாழ்க்கை என்பது உனக்குக் கொடுக்கப்படும் ஒரு மிகப்பெரிய சந்தர்ப்பம். அது நீ எவ்வாறு மரணமடைகிறாய். என்பதைப் பொருத்தே இருக்கும். இந்தச் சந்தர்ப்பம் கொடுக்கப்படாவிட்டால் யாரும் பரிணாமம் அடைய முடியாது. ஒருவன் இறந்த பிறகு, தான் இறந்திருக்கிறோம் என்று அறிந்த பிறகு, உடனேயே அவன் மேலே அழைத்துச் செல்லப்பட்டு, அவன் குறைகளும் நிறைகளும் அவனுக்குக் காண்பிக்கப்படுகின்றன. ஒருவன் தன் வாழ்க்கையெல்லாம் கொடுமையான கொலைகாரனாக இருந்தாலும், இறக்கும் தருணத்தில் இறைவனின் நாமத்தை உச்சரித்தால், அவன் இறைவனுடன் ஒன்றிவிடுவான் என்பது சரியல்ல. அது சாத்தியமுமில்லை. ஒருவேளை, அவன் மீண்டும் பிறக்கும் பொழுது இரண்டையும் (இறை உணர்வு, கொலை செய்யும் குணம்) சுமந்திருப்பான்.

சீடன்: இறந்த பிறகு என்ன நடக்கும்?

குரு: ஒரு மனிதன் இறந்தவுடன் அவன் உயிர் உடலை விட்டுப் பிரிந்தவுடன் அவன் அவ்வளவாகப் பரிணாமம் அடையாத காரணத்தால் அவன் ஆத்மாவை வாசனைகள் சூழ்ந்துகொண்டிருக்கும். இருந்தாலும், இறந்தவுடன் அந்த ஆத்மாவுக்கு எல்லாம் காண்பிக்கப்படும். அதாவது, முற்காலம், நிகழ்காலம், எதிர்காலம் மூன்றும் காண்பிக்கப்பட்டு ,எல்லாமே தொடர் நிகழ்காலம்தான் என்று நினைவுபடுத்தப்படுகிறது. அந்த ஆத்மா மீண்டும் காலக் குழப்பத்தில் சிக்கிக்கொள்ளக்கூடாது என்பதற்காக இவ்வாறு நினைவுறுத்தப்படுகிறது. இறைவனாலும் அந்த ஆத்மா மீண்டும் பிறப்பு எடுப்பதைத் தடுக்க முடியாது.

ஏனென்றால், அது தன் ஊழ்வினைப் பயனை அனுபவித்துவிட்டு மீண்டும் வரவேண்டும். இறைவன் அந்த ஆத்மாவுக்குக் காலத்தின் தன்மையை நினைவுபடுத்துகிறார். அதனால் அது உடலைவிட்டுச் சென்றவுடனேயே இந்த உடலிலிருந்த போது அறிந்திராத முக்காலத்தைப் ற்றியும், அதனால் ஒழுங்காகப் புரிந்துகொள்ள இயலாத நிகழ்காலத்தைப்பற்றியும், எதிர்காலத்தைப் பற்றியும் முழு அளவில் அறிவுறுத்தப்படுகிறது.

சீடன்: பிறகு, இந்த ஆத்மா, இவற்றையெல்லாம் எவ்வாறு மறக்கிறது?

குரு: மாலுமிகள் கப்பலிலிருந்து கடலில் குதித்து அங்கிருக்கும் புதையலை தேடும் போது ஒரு விதமான கவசம் போன்ற உடையணிந்து செல்வார்கள். கடலுக்குள் எல்லாம் தெளிவாகத் தெரியும். அங்கே, விதவிதமான ஜீவ ராசிகள், மீன்கள், சுறாமீன்கள், புதையல், மூழ்கிப்போன கப்பலின் பாகங்கள் –இவையெல்லாம் இருக்கும். இவற்றையெல்லாம் கண்டபிறகு, அவர்கள் மேலே வந்து, பிராணவாயு பொருத்தப்பட்டிருக்கும் கவச உடையைக் கழற்றிவிட்டுத் தங்கள் ஆடையை அணிய வேண்டும்.

உடலிலிருந்து உயிர் பிரிந்ததும், மூன்று காலங்களும் உணர்த்தப்பட்டும், மீண்டும் பிறவி எடுக்கும்போது, பார்த்தவற்றையெல்லாம், மீண்டும் பிறப்பெடுத்த ஆச்சரியத்தில் மறந்து போய் அந்த ஆத்மா மறுபடியும் சிக்கிக்கொள்கிறது.

சீடன்: அப்படியானால் ஆச்சரியமே இருக்கக்கூடாதா?

குரு: எந்த விஷயமும் அதிக அளவில் இருந்தால் அது தவறாகும். அளவுக்கு மீறினால் அமுதமும் விஷம் அல்லவா? எதுவுமே நீ எப்படிப் பயன்படுத்துகிறாய் என்பதைப் பொறுத்தது. பழத்தை வெட்டும் அதே கத்தி கொலையும் செய்யும். ஆனால், பழங்களை வெட்டுவதற்கு ஒரு முறை உள்ளது. அது போலாகும்.

* * * * * * *

19. பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடுத்தும் முறை

இறைவன் ஆதாம், ஏவாள் என்ற இருவரைத்தான் படைத்தார் என்று நம்பப்படுகிறது. அவர்கள் இருவரும் பிறகு பலராகப் பல்கிப் பெருகினார்கள். அந்த இருவரையும் வெளிக்கொணர்ந்த அந்த 'ஒன்றில்தான்' பிறகு வளர்ந்த பன்மையும் இருந்தது. சுருங்கச் சொன்னால் 'பன்மை' என்று எதுவுமில்லை. இருப்பது ஒன்றுதான்; 'அந்த ஒன்று!' 'தத் ஸத்!' என்பதே. இந்த அறிவை இவ்வுலகில் பிறக்கும் தருணத்தில் மனிதன் மறந்துவிடுகிறான். மேலே இருக்கும் ஞானிகள் இதைக் குறித்து அதிகம் கவலைப்படவில்லை. ஏனென்றால், மனிதர்கள் அவர்களுக்கு வழங்கப்பட்டிருக்கும் வழிமுறைகளைப் பின்பற்றிப் பிராண சக்தியை இயக்கி வைப்பார்கள் என்று நம்பிக்கையோடு எதிர்பார்த்தார்கள்.

* * * * * * * *

சீடன்: பிராண சக்தியை இயக்கி வைப்பதால் என்ன பயன்?

குரு: நீ எங்கிருந்து எப்படி வந்தாயோ அப்படியே திரும்பிச் செல்வாய். தொடர்ந்து முயலாவிட்டால் நீ தொடக்கத்தைத் திரும்ப அடைய அதிகக் காலம் பிடிக்கும். ஆனால், தங்களுக்குள் பிராண சக்தியை இயக்கி வைத்தவர்கள் தாங்கள் தொடங்கிய இடத்தைத் திரும்பச் சென்றடைவது நிச்சயம். பிராண சக்தி இயக்கி வைக்கப்பட்டால் அதன் இயக்கத்தைத் தடுத்து நிறுத்த முடியாது.

சீடன்: பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடவைப்பதைப்பற்றி மேலும் கூற முடியுமா?

குரு: மனிதர்கள் இந்தக் கர்மச்சூழலிலிருந்து வெளி வந்து, ஆன்மிக வழியில் 'மேலே' வருவார்கள் என்று மேலிருக்கும் ஞானிகள் நம்பினர். ஆனால், மனிதர்கள் அவ்வாறு வரவில்லை; அதனால் மேலோரில் சிலர் பூமிக்கு இறங்கி வந்து, "மேலே வரும் வழிமுறை எளிதானது. இங்கே அழுகிக் கொண்டிருக்காமல் மேலே வாருங்கள்" என்று அவர்களுக்குக் கூற வேண்டியதாயிற்று. மனிதர்கள் இதற்குச் செவி மடுத்தார்களே தவிர இதற்குக் கீழ்ப்படியவில்லை. பிறகு, இன்னும் சில மேலோர் பூமிக்கு அனுப்பப்பட வேண்டியதாயிற்று. அவர்கள் சொல்லியும் பலனேதும் இல்லாமல் போயிற்று ஏனென்றால், மனிதர்கள் தங்கள் நிலை குறித்து அப்போது திருப்தியாக இருந்தார்கள். மனிதன் 'மேலே' வரமறுப்பதற்குக் காரணமே இதுதான். உனக்கு இங்கே சுகமாக இல்லாவிட்டால்தான் நீ மேலே செல்வாய்.

அதனால் தான் குரு காத்திருக்கிறார். நீ சுகமில்லாமல் இருக்கும் பொழுதுதான் குரு உன்னை நெருங்குவார். அந்த அசௌகரியம் ஒரு குறிப்பிட்ட தீவிரத்தை அடையும் தருணத்தில் அவர் உன் வாழ்க்கையில் நுழைவார்.

பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடத்துவதுதான் நீ கர்மச்சுழலிலிருந்து விடுபட்டு 'மேலே' செல்வதற்குரிய ஒரே வழிமுறை. அதை மற்ற வழிமுறைகளுடன் ஒப்பிட முடியாது. ஏனென்றால், மற்றவை எல்லாம் வழி முறைகளல்ல. உன்னை இந்த அளவுக்கோ அல்லது அந்த அளவுக்கோ மேம்படுத்தினால் போதாது. நீ அறிந்தே 'மேலே' செல்ல வேண்டும். நீ எல்லாவற்றையும், விட்டுவிட வேண்டும். எவையெல்லாம் உன்னுடையனவாக உள்ளவோ, அவையெல்லாம் உன்னுடையவை அல்ல.

சீடன்: நீங்கள் "மேலே செல்" என்று கூறிகிறீர்கள். சிலர் அதை ஒப்புக் கொள்வதில்லை. அது எதனால்?

குரு: சிலர் உண்மையை ஒப்புக்கொள்வதில்லை. அவர்களுக்கு இயற்கையாகவே அதன் மேல் எதிர்ப்பு ஏற்படுகிறது. உண்மையை ஒப்புக்கொள்ள மறுப்பவருக்காக அதிகம் அனுதாபப்படத் தேவையில்லை. அவர்களால் தங்களை உணர்வதற்கு எவ்வாறு மறுக்கிறார்கள் என்று புரியவில்லை. அது இந்த உதாரணத்தைப் போல் உள்ளது. நீ யானையைப் பிடிக்கத் தோண்டப்பட்ட ஒரு பெரிய பள்ளத்துக்குள் தவறி விழுந்து, வெளி வர முடியாமல், காலப்போக்கில் அந்தப் பள்ளத்தினுள் இருக்கும் அழுகிய குப்பைகளின் நடுவில் சுகமாக வசிக்கத் துவங்கி, அந்த அழுகிய சகதியின் ஒரு பகுதியாகவே மாறி விடுவாயானால், திடீரென்று ஒரு நாள் ஒருவர் உன்னைக் காப்பாற்ற பள்ளத்துக்குள் ஓர் ஏணியை இறக்கும்போது, உபகாரம் செய்ய முன் வரும் அவர் நோக்கத்தையே சந்தேகப்பட்டு, நீ அவரையே எதிரியாக எண்ணும் அபாயம் உள்ளது. காப்பாற்ற வந்தவரை, பயமுறுத்தவும் ஏமாற்றவும் வந்தவராக நீ எண்ணக்கூடும். உன்னுடைய புத்திக்கு ஒரு சவால் ஏற்பட்டதாக எண்ணி, அதை எந்த வகையிலாவது முறியடிக்க வேண்டுமென்று நினைக்கக்கூடும் ஆனால், உண்மையில் நீ அந்தக் குழிக்குள் அழுகிக் கொண்டு இருக்கிறாய். மேலே வர மறுத்துக்கொண்டு, அந்த அழுகிய குப்பையின் ஒரு பகுதியாகவே தொடர்கிறாய்.

சீடன்: பிராணசக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபட வைக்கும் பயிற்சியின் பயன் என்ன?

குரு: உன் எண்ணத்தால், புத்தியால் அல்லது அறிவால் எவற்றையெல்லாம் தவிர்க்கவோ, விடவோ அல்லது எறிக்கவோ முடியவில்லையோ அவையெல்லாம் இந்தப் பயிற்சியால் தாமாகவே மறைந்துவிடும். இந்தப் பயிற்சியால் விளையும் பயன் முழுமையானது. நீ இந்தப் பயிற்சியை இரண்டு மணி நேரம் செய்தாலும் எந்த மாற்றமும் உணராமல் போகலாம். அவ்வாறே எந்த மாற்றமும் நிகழாமல்

சில நாள்களும் இருக்கலாம். ஆனால், நீ விடாமல் பயிற்சி செய்து வந்தால் அந்தப் பயிற்சியின் விளைவாக நீ திடீரென்று ஒரு நாள் முற்றிலும் புதிய மனிதனாகத் தோற்றமளிப்பாய். பிறகு, காலம், வயது ஆகியவற்றின் கட்டுப்பாடுகள் உன்னைப் பாதிக்கமாட்டா. ஏசுவின் வேலை இந்த உலகத்தில் மூன்று வருடங்களுக்குள் முடிந்துவிட்டது. ஆனால், அவர் பதினெட்டு வருடங்கள் பயிற்சி செய்து சேமித்த பலனால் அது மூன்று வருடங்களில் சாத்தியமாயிற்று. மனத்தை அதிர வைக்கும் எண்ணங்கள், வழிதெரியாமல் அஞ்ஞான இருளில் தடுமாற்றம் கொள்வது, எதற்கும் ஒப்புக் கொள்ளும் படியான விடை காண இயலாதது, இவையெல்லாம் பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபட வைக்கும் தியானப் பயிற்சி செய்வதால், திடீரென்று ஒரு நொடியில் மறைந்துவிடும். பல நாள் பயிற்சியின் மொத்தமான பலனும் குருவின் கருணையும் ஒருங்கிணைவதால் மட்டுமே இது சாத்தியம் என்பதை நினைவில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: தியானம் செய்யும் பொழுது பிராண சக்தி மேலே செல்வதால் இந்த உடலில் என்ன மாற்றங்கள் ஏற்படுகின்றன?

குரு: உனக்கு உன்னை அறிந்து கொள்ளுவதைத் தவிர வேறு எதுவும் அதிகம் வசீகரிக்கக்கூடியதாகவும் சவாலாகவும் இல்லை. தொடர்ந்து தியானப் பயிற்சி செய்து உன் பிராண சக்தியை உன்னால் மேலே இருத்த முடியும் போது, உன் மூளையில் அதுவரை உறங்கிக் கிடந்த பகுதிகள் விழித்துக் கொள்ளும். அதற்கு முன் உன்னுடைய புத்தி ஓரளவுக்கு அடங்கி மேன்மையடைந்ததா என்பதும் உறுதி செய்துகொள்ளப்படும். ஏனென்றால் மூளையின் உறங்கிக் கிடக்கும் பகுதிகள் விழித்துக்கொள்ளும் பொழுது, புத்தியின் குறுக்கீடு இருக்கக்கூடாது. குரு, அப்பியாசிகளுக்கு, சித்திகள் (Siddhis) அல்லது சக்திகளைப் பொறுத்திருந்து வழங்குவதற்குக் காரணம் அவர்களுடைய புத்தி தேவையான அளவு அடங்கி மேன்மையுறும் வரை காத்திருப்பதே. மூளையின் உறங்கிக் கிடக்கும் பகுதிகள் விழித்துக் கொண்டு மலர்ந்தால், எதை எவ்வாறு சமாளிக்க வேண்டும், எதை எப்பொழுது தவிர்க்க வேண்டும் என்று நீ அறிவாய். தியானப் பயிற்சியின் போது நீ முதலில் சந்திப்பது உன்னுடைய 'ஆழ் பிரக்ஞையைத்'(Sub–Conscious) தான்.

சீடன்: ஆழ் பிரக்ஞை (Sub–Conscious) உள்ளடக்கியிருப்பது என்ன? அது நினைவாற்றலின் ஒரு பகுதியா, அல்லது உறக்க நிலையின் ஒரு பகுதியா?

குரு: சுருங்கச் சொன்னால், ஆழ் பிரக்ஞையில் உன்னைக் குறித்த யாவுமே பதிவாகியிருக்கின்றன. ஆழ் பிரக்ஞையின் வெளிப்பகுதியில் பிரக்ஞை (Conscious) நிலையில் உனக்குப் புலப்படாத உன் எண்ணங்கள் சிலவற்றை நீ சந்திப்பாய். ஆகவே, பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடவைக்கும் பயிற்சியில் முதலில் வெளிப்படுவது இத்தகைய எண்ணங்களே! அவை மிக நல்லவையாகவும் இருக்கலாம். நம்பவே முடியாத அளவுக்கு மோசமானவை

யாகவும் இருக்கலாம். அங்கே குரு உனக்கு அதிகமாக உதவுவார். அது சுத்தப்படுத்தப்படும். அது சுத்தமான பிறகு மீண்டும் எதையும் நீ புதிதாகச் சேர்த்துக்கொள்ளாமல் உறுதி செய்துகொள்ளப்படும். அதிலிருந்து 'பிரக்ஞை' (Conscious) நிலையில் ஏற்படும் எல்லா எண்ணங்களையும் நீ முழுமையாக உணர்ந்தே இருப்பாய். அதனால் ஆழ் பிரக்ஞையில் (Sub–Conscious) புதிதாக எதுவும் சேராது. மோசமான எண்ணங்கள், கவனிக்கப்படாத மேன்மையான எண்ணங்கள் இரண்டுமே உள்ளே நுழைய முடியாது.

அதற்குப் பிறகு ஆழ் பிரக்ஞையின் மீதமுள்ள பகுதிகளும் திறந்து விடப்படும். அவற்றில் உன் முற்பிறவிகளைப்பற்றிப் பதிவு செய்யப்பட்டிருக்கும். ஒவ்வொன்றாக அவை எல்லாம் வெளிவரும். ஆனால், அந்தச் சமயத்தில் நீ சேகரிப்பதை நிறுத்தியிருப்பதால் இந்த விஷயங்களைக் காணும்போது நீ சாட்சியாக மட்டுமே இருப்பதால், உனக்கு அதிக அளவில் அமைதி இருக்கும். ஒருவன் இறந்த பிறகு அவனுக்குக் காண்பிக்கப்படுவதும், இதுவும் ஒன்றுதான். ஒரே வித்தியாசம் என்னவென்றால், இறந்தவனுக்கு முக்காலமும் ஒரே சமயத்தில் காண்பிக்கப்படும். ஆழ்பிரக்ஞை, உன்னுடைய கடந்த காலத்தைப் பற்றிய விவரங்களை உள்ளடக்கி இருக்கும். கடந்தகாலம் எந்த முற்பிறவிகளிலும் நீ தனியாக இருந்ததில்லை. அதனால் நீ மற்றவர்களுடைய முற்பிறப்புகளைப் பற்றிய விஷயங்களைக் குறித்தும் அறியக்கூடும். அவற்றை அறிந்து நீ வெட்கம் கொண்டு அழக்கூடும். ஆனால், நீ அமைதியை இழக்காத அளவிற்குப் பக்குவம் பெற்றுவிட்டதால் தனியாக அழுவாய், தனியாகச் சிரிப்பாய். இவற்றையெல்லாம் கடந்த பிறகு நீ அறிந்தவற்றைப் பிறருடன் பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டும் என்று உனக்குத் தோன்றும். இதற்குப் பிறகு இன்னொரு சோதனை உள்ளது. கடைசியாக, புத்தி முழுவதும் அடங்கி விட்டதா அல்லது குறுக்கிடுகிறதா என்று மீண்டும் சோதிக்கப்படுகிறது. அங்கே நீ தடுக்கி விழுவதற்கான சாத்தியம் உள்ளது. புத்தியின் குறுக்கீட்டால் மனிதர்கள் மலர்ந்த பிறகும் மறதிக்கு இரையாகிறார்கள்.

சீடன்: இந்த மறதி புத்தியால்தான் ஏற்படுகிறதா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! சந்தேகமில்லை.

சீடன்: நமக்குக் காண்பிக்கப்பட்டதை மற்றவர்களுக்குத் தெரிவிப்பதில் என்ன தவறு?

குரு: அது தவறு தான். ஏனென்றால், மற்றவர்களின் முற்பிறவிகளும் அதில் சம்பந்தப்பட்டுள்ளன. அவற்றையெல்லாம் வெளியிடுவது சிக்கல்களை உண்டாக்கும். மேலும், நீ சொல்வதை உண்மை என்று மக்கள் நம்புவதற்கு எந்த வழியுமில்லை. உன்னைப் பொறுத்தவரை அது உண்மை ஏனென்றால் நீ எல்லாவற்றையும் கண்டிருக்ககிறாய், கேட்டிருக்கிறாய், அறிந்திருக்கிறாய். ஆனால், மற்றவர்களுக்கு அது அவ்வாறு இல்லை. இதில் மற்றோர் அபாயமும் உள்ளது. சிலர் தங்களுக்கு உகந்ததாக இருந்தால் மட்டுமே, நீ சொல்பவற்றை

நம்புவார்கள். ஏனென்றால், அவர்கள் முற்பிறவியை அடிப்படையாக வைத்து உன்னுடன் தங்களுக்குப் பிடித்தமான வகையில் ஓர் உறவு ஏற்படுத்திக் கொள்வார்கள். அதனால்தான் நீ முற்பிறவிகளைப்பற்றி அறிந்தவற்றை பிறருக்குத் தெரிவிப்பது தவறு என்று கூறுகிறேன்.

சீடன்: முற்பிறவியைப்பற்றிய உண்மைகள் தெரிவிக்கப்படுவது மரணத்தின் போதா?

குரு: மரணம் ஏற்பட்ட பிறகு, அறிவிக்கப்படுகிறது. உயிருடன் இருக்கும் பொழுது காண்பிக்கப்படுவதற்கும் மரணத்துக்குப் பின் அறிவிக்கப்படுவதற்கும் உள்ள வித்தியாசம் என்னவென்றால், உயிரோடு இருக்கும் பொழுது ஆழ் பிரக்ஞையில் (Sub–Concious) நீ எதிர் காலத்தைக் குறித்து எதுவும் காண்பதில்லை. மூளையில் நிறைய பகுதிகள் விரிவடைந்து மலர்ந்தபின் அதாவது, உன் பிராணசக்தி உச்சியை எட்டியபிறகு நீ எதிர்காலத்தையும் எட்டிப்பார்க்கிறாய். முதலில் அது உன் கனவுகளில் நேரும். அந்த நிலையில் அது புத்தியின் கற்பனையா அல்லது புத்தியின் விஷமமா என்றெல்லாம் உனக்குக் குழப்பம் இருக்காது. உன் புத்தி அடங்கி நீ பவித்திரம் பெற்றிருப்பதால் அந்த நிலையில் உனக்குக் குழப்பமே இருக்காது. இது எதிர்காலத்தைச் சேர்ந்தது, இது கடந்த காலத்தைச் சேர்ந்தது என்று அப்போது உன்னால் இனம் காண முடியும். உன்னுடைய தற்போதைய நிலை என்ன என்பதையும் நீ அறிவாய். ஆனால், அதற்குப் பிறகும் நீ 'மேலே' இன்னும் வெகுதூரம் செல்ல வேண்டும்.

சீடன்: "கனவு நிலையில் நீ 'மேலே' செல்லக்கூடும் (அதாவது, பிராண சக்தி தானாகவே 'மேலே' செல்லும்.) உன் கனவில் உன் எதிர்காலத்தைக் காணலாம்" என்று நீங்கள் கூறும் இந்த நிலை பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபட வைத்தவர்களுக்கு மட்டுந்தான் நேருமா?

குரு: பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபட வைக்காத மனிதர்களுக்கும் இவ்வாறெல்லாம் நேரும். ஆனால், அது சுருக்கமாக ஞாபகப்படுத்தப்படும் வகையில் நேரும். இப்பொழுது இருக்கும் தோற்றம், உன் வாழ்க்கை எதுவும் உண்மையல்ல. நீ வாழ்க்கை என்று இப்பொழுது எண்ணிக் கொண்டிருப்பவையெல்லாம் உண்மையே அல்ல என்று கனவுகள் மூலம் உனக்கு நினைவுபடுத்தப்படும்.

நீ 'மேலே' சென்றால் உன்னுடைய ஆழ்பிரக்ஞை (Sub–Conscious) சுத்தம் செய்யப்படுகிறது. அப்பொழுது உன்னுடைய தூக்கத்திலோ, விழிப்பு நிலையிலோ அல்லது கனவிலோ, உன்னுடைய எதிர்காலம் எதிர்ப்படும் போது, அதுவும் ஒரு விதத்தில் கனவைப் போலிருந்தாலும் அங்கே நீ காணும் காட்சிகளைக் குறித்து உனக்கு எந்தச் சந்தேகமுமில்லை. நீ அவற்றை முழுமையாக நம்ப முடியும். உன் ஆழ்பிரக்ஞை (Sub–Conscious) சுத்தமாக இல்லாவிட்டால் உன் மனம் நிறைய காட்சிகளை இட்டுக்கட்டி உனக்குக் காண்பிக்கும்.

சீடன்: அந்த நிலையில் காண்பிக்கப்படுவதை ஒப்புக்கொள்ளும் அளவு அதிகமாக உள்ளதா?

குரு: ஆமாம்! ஆமாம்! நீ அதைப்பற்றி மிகவும் நிச்சயமாக இருப்பதால் நீ அதை ஏற்றுக்கொள்கிறாய். நாம் இதுவரை விவாதித்ததைச் சுருக்கமாகக் காண்போம்.

பிராண சக்தி இயக்கம் பெறுகிறது. பிறகு, ஆழ்பிரக்ஞையின் வெளிப்பகுதியில் நீ இதுவரை அறிந்திராத உன் எண்ணங்கள் சிலவற்றைச் சந்திக்கிறாய். உன் முதல் முன்னேற்றம் என்னவென்றால், நீ முனைப்புகளைச் (tendencies) சேகரித்துக்கொள்வதை நிறுத்துகிறாய். அதனால் உன் பிரக்ஞையிலிருந்து(concscious)ஆழ் பிரக்ஞைக்குள் (Sub–conscious) எதுவும் நழுவி விழுவதும் நின்று போகிறது. இரண்டாவதாக, நீ உன்னுடைய முற்பிறவிகளைப் பற்றி உணர்ந்துகொள்கிறாய். மூன்றாவது, உன் ஆழ் பிரக்ஞை (Sub–Conscious) காலி செய்யப்பட்டு, உன் பிரக்ஞையும், (Conscious) ஆழ் பிரக்ஞையும் ஒருமித்து விடுகின்றன.

அப்பொழுது இன்னும் மேலே செல்கிறாய். அந்தச் சமயத்தில் உன் அற்புதமான மூளையில் மேலும் மேலும் உயிரணுக்கள் விழித்துக் கொள்கின்றன. நீ தியானப் பயிற்சி செய்து மேன்மையடைந்திருப்பதாலும், இயற்கையாக ஏற்படும் அடக்கத்தாலும் உள் மூளையில் மேலும் மேலும் உயிரணுக்கள் விழித்துக்கொண்டு மலர்ச்சி பெற்றதாலும் நீ ஒரு சித்த புருஷனாகிறாய். நீ அந்த நிலையை அடையும்போது ‘ஒருமையின்’ சூட்சுமம் உனக்குத் தெளிவாகிறது. பொருளைப் படைத்த பரம்பொருளைப்பற்றிய அறிவு திடீரென்று எதிர்ப்படுகிறது. யாவற்றிலும் விளங்கும் பொதுமையைப் புரிந்துகொள்ள முடிகிறது. அந்த நிலையில், இந்தப் பிரபஞ்சம் முழுவதும் உன் உள் இருப்பதாக உணர்வாய். அதே சமயத்தில் இப்பொழுது பிராணசக்தி இயக்கப்படாதவர்களுக்குக் காண்பிக்கப்பட்டதைக் குறித்தும் நீ அறிவாய். இதை நான் இறைவனின் கருணை என்று கூறுவேன். அந்த வகையில் இறைவன், தொடர்ந்து எல்லோருக்கும் உண்மையைப்பற்றி நினைவுபடுத்தியவண்ணம் இருக்கிறார். முயற்சியாலும், அமைதியாலும், தியானத்தாலும், யாவற்றையும் தன்னுள் அடக்கிய அந்த முழுமுதற் சக்தியை உணர்ந்துகொள்வாய்.

சீடன்: பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடுத்தும் முறையால் ஆத்மா இறைவனோடு ஒன்றிவிடுகிறது. அதனால் இந்த வழிமுறை மிகமுக்கியம் அல்லவா?

குரு: ஆமாம்! எல்லா விதமான பிரச்சினைகளுக்கும் பிராண சக்தியை இயங்கவைப்பதற்கான தியானப்பயிற்சி ஒன்றுதான் தீர்வு ஆகும். பிரச்சினை மனத்தைப் பொறுத்திருந்தாலும், புத்தியைப் பொறுத்திருந்தாலும், உன்னையோ, அவனையோ, அவளையோ, அதையோ எதைப் பொறுத்திருந்தாலும் பிரச்சினை

எதுவாக இருந்தாலும் பிராண சக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடுத்தும் தியானப் பயிற்சி ஒன்றால் மட்டுமே அதைத் தீர்க்க முடியும்.

பிராண சக்தியை இயங்க வைக்கும் வழிமுறை மிகவும் அவசியமானது. ஏனென்றால், ஆத்மா காலத்தால் கட்டுண்டு இருக்கிறது. எல்லோரும் ஒன்றுதான்; ஆனால், நாம் அதை மறந்துவிடுகிறோம். உன் கை திடீரென்று உன் உடலிலிருந்து தான் வேறுபட்டதாக நினைத்துவிட்டால் எப்படியோ, அப்படி, அந்த முழுமுதற்சக்தியின் அங்கங்களான நாம், நம்மைத் தனிப்பட்டவர்களாகக் கருதிக் கொள்கிறோம். உடல்விறைத்து விட்டால் கை கால்களெல்லாம் வெவ்வேறு திசைகளில் இழுத்துக்கொள்ளும். இருப்பது ஒன்றே என்பதை மறந்துவிட்டோம்.

உன் பிராணசக்தி 'மேலே' சென்று தட்டித் திறந்தால், உனக்கு அண்டமும் பிண்டமும் ஒன்றாகிவிடும். இரண்டும் ஒன்றாகும் போது வெளிப்படும் சக்தியே சித்திகளாகின்றன. அப்பொழுது நீ சித்தனாகி விடுவாய். அப்பொழுது அங்கேயும் உனக்குச் சிறு சோதனை ஏற்படுகிறது. அங்கே தடுக்கி விழுந்தால் அடி பலமாகப் படும். ஏனென்றால், நீ பிரக்ஞையோடு தான் இருப்பாய். அந்தச் சமயத்திலும் நீ பிரக்ஞையோடுதான் இருப்பாய். உடலில் உயிர் இருக்கும் வரை உனக்குப் பிரக்ஞையும் இருக்கும். அதனால்தான் குருமார்கள் சமாதி நிலையை அதிகம் போதிப்பதில்லை. பிரக்ஞையை எவ்வளவு நேரந்தான் தவிர்த்துக்கொண்டிருக்க முடியும்? நீ சித்தனான பிறகும், ஆசை மிக மெலிதாக உருவெடுத்து உன்னைத் தன்பால் இழுக்கலாம். எப்படி என்று கேட்கிறாயா? உனக்கு எல்லாவிதமான சக்திகளும் கொடுக்கப்பட்டிருக்கும். அந்த நிலையில், நீ உன் சக்திகளை வெளிப்படுத்தத் தொடங்கினால் ஆரம்பத்தில் மற்றவர்களைக் கவர வேண்டும் என்ற எண்ணம் உனக்கு இருக்காது. ஆனால், அங்கேதான் உன் புத்தி ஒரு பெரிய அளவில் தன் வேலையைச் செய்யும். அது உன் மனத்தில் நீயே கடவுள் என்றும், நீயே ஆட்சி செய்ய வேண்டும் என்றும் எண்ணங்களைப் புகுத்தும். அந்த எண்ணங்களால் நீ கீழே இறங்கிவிடுவாய். முதலில் உன் சக்திகளை வெளிப்படுத்துவது உன்னைக் கீழே தள்ளாது. முதலில் நீ விழிப்புடன் இருப்பாய். அதனால் நீ எப்பொழுது வேண்டுமானாலும் 'மேலே' செல்லலாம் என்ற நிலையில் இருப்பாய். நீ உன்னையும், உன் செயல்களையும் விரும்பத்தொடங்கும் போது தான் நீ கீழே இறங்குவாய். கீழே வந்த பிறகு உனக்கும் சாதாரணக் கனவுகள் வரும். சாதாரண மனிதனைப் போல் உனக்கும், உன் வாழ்க்கை பொய்யென்பது அவ்வப்போது நினைவுபடுத்தப்படும்.

சீடன்: ஓர் அப்பியாசியிடம் இத்தகைய சித்த சக்திகள் இருந்தாலும் அவன் உச்சியை எட்டுவதற்குக் குரு உதவ மாட்டாரா?

குரு: இல்லை! இல்லை! இல்லை! நீ உன் சொந்த முயற்சியால் 'மேலே' செல்ல வேண்டும். குரு அவ்வாறு செய்யக்கூடாது. அந்த நிலையில்

அப்பியாசிக்கு சில சக்திகள் வழங்கப்படலாம்; ஆனால், குரு அவன் நன்மைக்காக அவ்வாறு செய்வதில்லை. குருவின் உதவியாலும், உன் முயற்சியாலும் நீ ஒரு நிலையை அடைகிறாய். அங்கேயும் உனக்கு ஆசைகள் வரக்கூடும்.

அப்பொழுது குரு அங்கே குறுக்கிடமாட்டார். ஏனென்றால், அவரால் அவ்வாறு செய்ய முடியாது. உன் வாயிலிருக்கும் உணவுக்கும் உன் உணவுக்குழாய்க்கும் இடையில் அவரால் நிற்க முடியாது. நீ இதையெல்லாம் உட்கொள்ளாதே என்றுதான் அவரால் கூற முடியும். உன்னுடைய தட்டிலிருக்கும் உணவில் நீ எதை உட்கொள்ளலாம், எதைத் தவிர்க்கலாம் என்று உனக்குச் சொல்லித் தரலாம். ''என்னிடம் இருக்கும் உணவு இதை விட மேன்மையானது. என்னிடம் இருப்பதை நீ உட்கொண்டால் அது உனக்கு நன்மை பயக்கும் என்று நான் எண்ணுகிறேன்''. இப்படித்தான் குருவால் கூற முடியும். ஏனென்றால், அவர் தரக்கூடியவற்றின் நன்மையைப்பற்றி அவர் எந்த அளவுக்குக் கூறுகிறாரோ, அந்த அளவுக்கு அப்பியாசி அதை விட்டு விலகிவிடுவான். அதைச் சந்தேகிக்கவும் தொடங்குவான். அந்தச் சமயத்தில் தன் தட்டிலிருக்கும் குப்பைகள் அவனுக்கு ஒரு பெரிய விருந்தாகத் தோன்றும். அதனால்தான் குரு, தான் சீடனுக்கு அளிப்பவற்றின் மேன்மையைப் பற்றிப் பேசமாட்டார். இன்னொரு விஷயமும் உள்ளது. அது என்னவென்றால், சீடனின் முன்னேற்றம், அவன் குருவின் மேல் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கையைப் பொறுத்தது என்பதே. குரு சீடனுக்குத் தாம் அளிப்பவற்றின் நன்மையைப் பற்றி அதிகமாகப் பேசினால், குரு தம் பெருமை குறித்துப் பிரச்சாரம் செய்கிறார் என்று சீடன் எண்ணுவான். அப்படி எண்ணிவிட்டால், சீடன் குருவை விட்டு விலகிச் செல்வான் என்பது நிச்சயம். அடடா! பொறாமைப்படவே முடியாத இடத்திலல்லவா வீற்றிருக்கிறார் குருநாதர்!

சீடன்: இந்தக் கடைசி தருணத்தில் ஒரு அப்பியாசிக்கு மேலே செல்வதற்கு எது உதவும்?

குரு: அவன் குருவிடம் வைத்திருக்கும் நம்பிக்கை, தான் அடக்கத்துடன் இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை அவன் உணர்ந்திருத்தல், தான் எதை அடைய வேண்டுமோ அதை அடையவில்லை என்று தெளிவாக அறிதல் –இவையே அவனைக் காப்பாற்றி அவனுக்கு 'மேலே' செல்ல உதவும். இன்னும் ஒரு விஷயம் உள்ளது. அவன் தன் ஆசைகளை எல்லாம் தவிர்த்து 'மேலே' சென்றால், அவன் மௌனமாக, இந்தச் சக்திகளையெல்லாம் அற்புதமான முறையில் பயன்படுத்தலாம். அவன் எவ்வாறு சக்திகளைப் பயன்படுத்துகிறான் என்று நீ ஒரு பொழுதும் அறிய முடியாது. கத்திகளையும், துப்பாக்கிகளையும் வைத்துப் போர் புரிய முயலுவோர் முட்டாள்கள்! இவற்றைவிட அவன் தன் பார்வையாலேயே எல்லாவற்றையும் அடக்கிவிடுவான்.

சீடன்: இந்த இறுதி நிலையை அடைந்த பிறகு அதன் பயன் என்ன?

குரு: தனி நபர்களைப் பொறுத்தவரையில் இந்த வழி முறையில் பிரக்ஞையைத் (Conscious) தவிர்க்க முடியாது என்பதையும், ஆனால், பவித்ரம் பெற்று மேலே சென்று உச்சியை எட்டினால் இறைவனுடன் ஒன்றி விடலாம் என்பதையும் விளக்கினேன். அங்கே அந்தக் கடைசி நிலையில்தான் நீ நினைவை இழந்து விடுவாய். பரம்பொருள் விரும்பினால் ஒரு காரணத்திற்காக மீண்டும் வெளிப்படுவாய். ஏனென்றால், நீ எல்லா விதமான சக்திகளையும் பெற்றிருக்கிறாய். நீ அவற்றை உபயோகிக்கவில்லை. இறைவனுடன் ஒன்றுசேர வேண்டும் என்ற நோக்கத்தால், அப்பொழுது இந்தச் சக்திகளை உபயோகிக்க விரும்பவில்லை. அதனால் சில சமயம் அவ்விதமான ஆத்மாக்கள் திரும்ப அனுப்பப்படுகின்றன. ஏனென்றால், அவர்கள் இந்தச் சக்திகளைச் சிறந்த முறையில், நன்மைக்காகப் பயன்படுத்துவார்கள்.

சீடன்: ஆனால், அப்பொழுது அதற்கு எந்த முடிவும் இல்லையா?

குரு: அவர்கள் இங்கே இருக்கலாம். அதே சமயத்தில் மீண்டும் பரம்பொருளுடன் ஒன்றுசேரலாம். ஆனால், எல்லோரும் திரும்பி வருவதில்லை.

சீடன்: திரும்பி வருவதை அவர்கள் தங்கள் விருப்பப்படி வைத்துக் கொள்ள முடியுமா?

குரு: இல்லை! அவர்கள் தனிப்பட்டதாக எதையும் தேர்ந்தெடுத்துக்கொள்ள முடியாது. இறைவன் அவர்களைத் திரும்பி வரச்செய்கிறார். அந்த வகையில் 'திரும்ப வந்து,' அங்கேயே இருப்பது என்றால் என்ன? அங்கே ஒன்றுதான் உள்ளது. வித்தியாசங்களெல்லாம் தவிர்ந்துவிட்டதால் ஒருமை நிலைக்கும்.

சீடன்: நீ பரம்பொருளுடன் ஒன்றிய பிறகு உன் பிரக்ஞையை இழந்துவிட்டாய் என்றால், அப்பொழுது நீ எதை அனுபவிப்பாய்?

குரு: அந்த நிலையை அடைந்தால்தான் அது விளங்கும். நீ 'கோமா' ('Coma') நிலையில் இருந்தால் எதையும் உணரமாட்டாய் அல்லது எதையும் அனுபவிக்கமாட்டாய். உச்சி நிலையை எட்டியபிறகு அங்கேயும் நீ பிரக்ஞையை (Conscious) இழப்பாய். அங்கேயும் நீ எதையும் உணரமாட்டாய். எதையும் அனுபவிக்கவும் மாட்டாய். ஆனாலும் இவை இரண்டும் முற்றிலும் வெவ்வேறான நிலைகளே! இந்தப் பிரக்ஞை அந்தப் பிரக்ஞையிலிருந்து முழுவதும் வேறுபட்டதாக இருக்கிறது. உச்சி நிலையை அடைந்தபிறகு அங்கே ஏற்படும் உணர்வுக்கும் இன்பத்துக்கும் இருக்கும் அர்த்தம் மொத்தத்தில் வேறுபட்டதாக உள்ளது.

சீடன்: பிரக்ஞையோடு உச்சி நிலையை எட்டி திரும்பி வருவது ஒரு சாதாரண மனிதனுக்குச் சாத்தியமா?

குரு: நான் விவரித்த நிலைகளையெல்லாம் குறுகிய காலத்திலும் அனுபவிப்பது

சாத்தியமே. அது ஒன்றுதான் இறைவனின் கருணையாகும். உனக்கு இந்தத் தியானப்பயிற்சி உபதேசிக்கப்படாவிட்டாலும், நீ இப்பொழுது இருக்கும் நிலையிலிருந்து மேலே வரவேண்டும் என்ற உந்துதல் உனக்கு இல்லாவிட்டாலும், உனக்கு இது சாத்தியமே. அதுதான் பரம்பொருளின் அருள். அந்தக் குறுகிய காலத்தில் அனுபவித்த அந்த உண்மையை அவனோ, அவளோ எவ்வாறு பயன்படுத்துகிறார்கள் என்பதைப் பொறுத்தே அவர்கள் முன்னேற்றம் அமையும்.

சீடன்: சில சாதுக்கள் பிராணசக்தியை இயக்கத்தில் ஈடுபடுத்தும் முறையைப்பற்றி அறியாமல் எப்பொழுதும் இறைவனின் நாமத்தை உச்சரித்துக்கொண்டிருக்கிறார்கள். அது எந்த நிலையாகும்?

குரு: அவர்கள் உச்சி நிலையை எட்டவில்லை. அதற்குக் கீழே நின்று விட்டார்கள். ஆழ்பிரக்ஞையின் (Sub–Conscious) வெளிப்பகுதியை எட்டுவது முதல் நிலை. சாதாரண மனிதன் இருக்கும் நிலையைவிட இந்த முதல் நிலையில் மனிதன் பெருத்த முன்னேற்றம் அடைந்தவனாகிறான். இந்த முதல் நிலையில் மனிதன் சகதியிலிருந்தும், அசுத்தத்திலிருந்தும் வெளிவந்தவனாக இருக்கிறான். அதனால் இதை மிகப்பெரிதாக எண்ணிக்கொண்டு சில மனிதர்கள், அதிலிருந்து மேலும் முன்னேற முயல்வதில்லை. அவர்கள் அவ்வாறு இருப்பதற்குக் காரணம் அகந்தையல்ல. இந்த நிலையே இறுதியானது என்று தவறாக எண்ணிவிடுகிறார்கள். அதனால் முன்னேற முயலாமல் அங்கேயே தங்கிவிடுகிறார்கள்.

சீடன்: சகதியிலிருந்தும், அசுத்தத்திலிருந்தும் வெளி வந்துவிட்ட அத்தகைய மனிதனின் முன் குருவானவர் தோன்றி, அவனை ஏன் வெளிக் கொண்டு வரக்கூடாது?

குரு: ஒரு குருவினால் அவ்வாறு செய்ய முடியாது.

சீடன்: ஒரு குரு அதைத் தவறு என்று அவர்களுக்குச் சுட்டிக் காட்டலாமல்லவா?

குரு: ஒரு குரு அவ்வாறு சுட்டிக் காட்டினாலும் அப்படிப்பட்டவர்கள் அதற்குச் செவிமடுக்க மாட்டார்கள்.

சீடன்: ஒருவன் இறுதி நிலையில் பிரக்ஞையை (Conscious) இழந்து இறைவனுடன் ஒன்றிவிடும் நிலையில் அவன் அடையும் இன்பம் என்ன என்று கூற முடியுமா?

குரு: அதை வார்த்தைகளால் விளக்க முடியாது. 'அது' வாகவே (பரம்பொருள்) ஆன பின்தான் அதை அறிவாய். ஆனால், உனக்கு ஒன்று சொல்கிறேன் அந்த அனுபவம் இதுவரை உனக்குக் கிடைத்த எந்த அனுபவத்தைப் போன்றதும் இல்லை. பொதுவாக அந்த நிலையை விவரிக்கும் போது அது

இந்திரியங்களால் பெறப்படும் சுகத்தைவிடக் கோடி மடங்கு அதிகம் என்று கூறுவார்கள். ஆனால், நான் அவ்வாறு கூறமாட்டேன். அந்த நிலையை எதற்கும் ஒப்பிட முடியாது. ஏனென்றால், அந்த இன்பம் நீ உன் இந்திரியங்களால் பெறக்கூடியதல்ல. ஓ! அது முற்றிலும் மாறுபட்ட ஒரு நிலை. ஆனால், ஒரு விஷயம்! நீ 'மேலே' சென்ற பிறகு, ஏன், மேலே செல்லும் பொழுதேகூட, உன்னுடைய ஆழ்பிரக்ஞையின் வெளிப்பகுதியைக் கடந்து, உன்னுடைய கடந்த காலத்தைக் கண்ட பிறகு நீ இருக்கும் நிலையைவிட மிகமிகமிகச் சிறந்த மனிதனாக மாறிவிடுவாய்.

நீ அன்பைப் பெற விரும்புகிறாய். நீ நல்லவனாகவும், சிறந்தவனாகவும் இருக்க விரும்புகிறாய். முன்னேற்றம் இல்லாமல் இருக்கும் இடத்திலேயே தங்கிவிடவும் நீ விரும்பவில்லை. அதனால் நீ ஆன்மிகத்தில் முன்னேற்றம் அடைவாய்.

சீடன்: இந்த முழு நம்பிக்கை தியானப்பயிற்சி செய்வதால் உண்டாகுமா?

குரு: ஆம்! தியானப்பயிற்சி, நம்பிக்கை, பணிவு– இவை மூன்றும் அடிப்படையானவை. இறுதி நிலையில்கூட இவை நமக்கு உதவும். எல்லா நிலைகளிலும், எங்கிருந்தாலும் இவை நமக்கு உதவும். ஞானத்தின் பின்னணியில் உன்னுடைய நடத்தை மேன்மையாக இருக்க வேண்டும். பகுத்தறிவும், அன்பும் உன்னுடைய இரு கண்களாக வேண்டும். எல்லாக் கண்களும் ஒருமுகமாக விடுதலை (liberation) பெறுவதை நோக்கி இருக்க வேண்டும். உன்னுடைய பார்வையை, பாசத்தாலும் அல்லது மாயையாலும் மூட ஒரு பொழுதும் அனுமதிக்கக்கூடாது. நாம் அன்பை சுவாசிக்க வேண்டும். நம்பிக்கை நம் நடத்தையின் மூலம் வெளிப்பட வேண்டும். உண்மை நம் மொழியாக வேண்டும். நம்பிக்கை! அன்பு! உண்மை!

* * * * * * *

20. சீடர்களின் நடைமுறைப் பிரச்சினைகளும் அவற்றுக்கான தீர்வுகளும்.

சீடன்: நான் அதிகம் கல்வி கற்கவில்லை. அது என் ஆன்மீக வளர்ச்சிக்குத் தடையாகுமா?

குரு: "நான் யார், ஏன் வந்தேன்," என்று ஒவ்வொருவனும் அறிந்து கொள்வதே கல்வி. இறைவனைச் சேரும் உபாயம் அறிவதே உண்மையான அறிவு. வாசி யோகத்தால் மெய்யுணர்வு பெற்றவரே கற்றவர். புத்தகங்களைப் படித்துப் பட்டம் பெறுவதெல்லாம் உலகியல் சம்பந்தமானவை.

சீடன்: பிராண சக்தியின் சூட்சுமத்தை எனக்குச் சொல்லிக் கொடுத்திருக்கிறீர்கள். அப்படியானால் மூர்த்தி உபாசனை இனிமேல் தேவையில்லையா?

குரு: புருவ மத்தியில் இருக்கும் புஷ்பம் மலர்வதுதான் பூஜை. அதுதான் ஈஸ்வரசேவை. உன் பிராண சக்தி அந்தப் புஷ்பத்தைத் தொட்டுத் திறந்ததும் அதிலிருந்து அமுதம் சொட்டும். அதை 'அம்மா' கொடுத்ததாகச் சித்தர்கள் சொல்வார்கள். அந்த அமுதத்தை அருந்தினால் கிடைப்பது மரணமிலாப் பெருவாழ்வு.

இறைவன் ஜோதி சொரூபமாக உனக்குள்ளேயே இருக்கிறான். வெளியில் தேடிப் பயனில்லை.

மூர்த்தி உப்ாசனை செய்வதில் உனக்கு அடங்காத ஆசையிருந்தால், அதை மானசீகமாகச் செய். உனக்குள்ளேயிருக்கும் அழுக்குகளை அந்த மூர்த்திக்குச் சமர்ப்பித்துவிடு. ஆனால், ஒன்று!, அவனுக்குச் சமர்ப்பித்தவற்றை நீ மீண்டும் எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.

நீ தியானம் செய்யச் செய்ய, ஒரு நாள் உன் புருவ மத்தியில் இருக்கும் வாசல் திறக்கும். உன் ஆசைகள் அப்போது முற்றிலுமாக அடங்கும். இறைவன் உருவமில்லை, அருவம் என்பதை அப்போது நீ உணர்வாய். நீ அந்த நிலையை அடையும்போது உனக்குப் பிரச்சினைகளும் இல்லாது போய்விடும்.

சீடன்: வேறெந்த மூர்த்தியையும் வழிபடாவிட்டாலும் உங்களையோ, அல்லது அன்னையையோ வழிபடுவோம் அல்லவா?

குரு: அதுவுங்கூட உருவ வழிபாடுதானே. குரு என்று ஓர் உருவத்தை வழிபடுவதுகூடப் போகப்போக மறைந்துவிடும். இறைவன் உனக்குள்ளேயே

இருக்கிறான் என்பதை நீ உணர்ந்ததும் நீ எப்போதும் சந்தோஷமாகவும் இருப்பாய்; எக்காரணத்தைக்கொண்டும் தவறு செய்யவும் மாட்டாய்.

சீடன்: பலப்பல ஆன்மீகப் பெரியார்கள், பக்தியில் ஈடுபட்டிருக்கிறார்களே!

குரு: 'திருவாசகத்துக்கு உருகார்தார் ஒரு வாசகத்துக்கும் உருகார்,' என்று கூறுவார்கள். திருவாசகத்தை எழுதிய அதே மாணிக்கவாசகர் 'ஞானத்தாழிசை' என்றும் ஒரு நூலைச் செய்திருக்கிறார். அது பக்தி இலக்கியம் அல்ல. அதில் அவர் உண்மையை உள்ளபடி எழுதியிருக்கிறார். அவர் இறைவனைப் பார்த்தது சீர்காழியிலோ, சிதம்பரத்திலோ, திருவாரூரிலோ அல்ல, பிரம்மரந்திரம் என்ற திருவாசலில்தான்.

திருவாசகத்தை மட்டும் படித்திருப்பவர்களுக்கு மீண்டும் கருவாசம் உண்டு. ஆனால், ஞானத்தாழிசையைப் படித்துத் தெளிந்தவர்களுக்கு மீண்டும் கருவாசம் கிடையாது.

திருவண்ணாமலையில்கூட, ஒருவனுக்கு உள்ளே நிகழக்கூடிய ஜோதி தரிசனந்தான், கார்த்திகை தீபத்தன்று வெளிப்படையாகச் செய்து காட்டப்படுகிறது. இறைவன் ஜோதி சொரூபமானவன் என்று மக்களுக்குப் புரிய வைப்பதற்காகத்தான், அந்தச் சடங்கு. திருவண்ணாமலை, உண்மைக்கு ஒரு வடிவமாக விளங்குவதால், அந்த இடம் புனிதமடைந்தது. அது மட்டுமல்லாமல், மஹாவிஷ்ணுவின் அவதாரமான இடைக்காட்டுச்சித்தர் இருக்கும் இடம் என்பதாலும், ஆன்மீகத்தில் நாட்டமுள்ளவர்கள் அந்த இடத்துக்கு ஈர்க்கப்படுகிறார்கள்.

ஜோதி தரிசினம் உள்ளே நிகழவேண்டுமானால் பிராண சக்தியின் சூட்சுமத்தைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும்.

சீடன்: பிராண சக்தியின் சூட்சுமத்தைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டுமென்றால் தவறாமல் தியானப்பயிற்சி செய்து வர வேண்டுமல்லவா?

குரு: ஆம்.

சீடன்: ஆனால், அப்படிச் செய்யவிடாமல், என்னைப் பல துன்பங்கள் சூழ்ந்துகொள்கின்றனவே!

குரு: சிறு சிறு துன்பங்கள் வரலாம். வரட்டுமே! யமனின் பாசக்கயிறு வரப்போகிறதே, அதற்கு முன் இச்சிறு துன்பங்கள் எம்மாத்திரம்! உயிர் உடலை விட்டுப் போனதும் எவனாவது உறவினன் உன் உயிரோடு வரப்போகிறானா? சில நாள்களில் உன்னை மறந்துவிடப் போகிறான். நீ போகும்போது எதையும் எடுத்துச் செல்ல முடியாது என்பதை எப்போதும் நினைவில் வைத்துக்கொள். பொய்யான உலகத்தில் சிக்கிக்கொண்டு

அவஸ்தைப்படுகிறாய். மெய்யான உலகத்தை அடைய வேண்டுமானால், நான் சொல்லிக் கொடுத்த தியானப் பயிற்சியைத் தவறாமல் செய்து, பிராண சக்தியின் சூட்சுமத்தை அறிந்துகொள்.

உனக்குத் துன்பம் வரும்போது, 'இது சாதாரணமானது, கவலைப்படாதே' என்று நான் சொன்னால், நீ கேட்கவேண்டும்; அப்படிக் கேட்காமல், 'யோகமும் வேண்டாம், ஒன்றும் வேண்டாம்; யோகத்தால் எந்தப் பயனுமில்லை' என்று நீயாக முடிவெடுத்துவிடுகியாய். பிறகு, துன்பத்தை மறக்கக் ''குடிக்கலாமா, பான் பராக் போடலாமா'' என்று உன் மனம் அலைபாய்கிறது. உள் வினைகள்தாம் ஏற்கனவே விருட்சமாக வளர்ந்து விட்டிருக்கின்றனவே. இன்னும் வேறு சேர்த்துக்கொள்ளப்போகிறாயா? அந்த விருட்சத்தை மொத்தமாகச் சாய்க்க முடியாது. அப்படிச் செய்தால் பிரச்சினைகள் விளையும். ஒவ்வொரு கிளையாக வெட்டிப் பிறகு இறுதியில்தான் வேரறுக்க வேண்டும்.

நீயாக எதுவுமே செய்ய முடியாது. பொறுமையாக இரு. கடவுளுக்கும் கொஞ்சம் அவகாசம் கொடு.

சீடன்: கடவுளின் பெருங்கருணை புயலாகவும், மழையாகவும் வந்து அந்த விருட்சத்தைச் சாய்க்க முடியாதா?

குரு: அது பிரளயம் வரும் போது நிகழும். ஆனால், அந்தப் பிரளயத்தில் நீ என்ன ஆவாய் என்று யோசித்தாயா? பிரளயத்தின் போதும் தப்பித்துக்கொண்டவர் காகபுஜண்டர். அவர் பிரளயத்தின் போது குடுவையில் புகுந்து தப்பிவிடுவார் — அவர் பத்து வசிஷ்டர்களைப் பார்த்தவர். அவர் சூட்சுமம் அறிந்தவர்; அதனால் தப்பினார். ஆனால் நீ?

சீடன்: சம்சார சாகரத்தில் மாட்டிக்கொள்வதால்தானே துன்பம் வருகிறது. பிரம்மச்சரியத்தைக் கடைப்பிடித்தால்தான் ஞானம் சித்திக்கும் என்றும் கூறுகிறார்கள்.

குரு: பிரம்மச்சரியத்தைக் கடைப்பிடித்தால்தான் ஞானம் சித்திக்கும் என்பது பொய். உடலுக்கென்று தோஷங்கள் இருக்கத்தான் செய்யும். உடலை விஷயங்களிலிருந்து விடுவிக்கத்தான் வேண்டும். உடலுக்குத் தேவையானவற்றைக் கொடுத்துவிடு. இல்லாவிட்டால் உன்னை வேறெதிலும் அது கருத்தைச் செலுத்த விடாது. யாராவது ஒருவன், தான், நூறு சதவிகிதம் பிரம்மச்சரியத்தைக் கடைப்பிடிப்பதாகக் கூறினால் அவனை நம்பாதே. அவன் சொல்வது பொய்.

சப்தரிஷிகளில் யாரேனும் திருமணம் செய்துகொள்ளாமல் இருந்தார்களா? நீ எதற்குப் பிரம்மச்சரியத்தைப்பற்றிப் பேசுகிறாய் ?

சீடன்: திருமணம் செய்துகொண்டால் ஆசைகளும் தேவைகளும் அதிகரித்துவிடுமே?

குரு: அவசியமில்லை. மகரிஷிகள் எளிமையாக வாழ்க்கை நடத்தவில்லையா? நதியோரம் சிறிய குடிலமைத்துத் தேவைகளை மிகவும் சொற்பமாக வைத்துக் கொண்டு, தங்கள் பத்தினிகளுடன் வாழ்ந்து வரவில்லையா? வீடு சிறியதாக இருந்தால் போதும். ஆனால், மனம் மாளிகை போல் இருக்க வேண்டும். உன்னிடம் இருப்பதை எல்லோரோடும் பகிர்ந்துகொள்ள வேண்டும். சமத்துவத்தைக் கடைபிடிக்க வேண்டும். அற்ப ஆசை வந்தால் அதை உபசரித்துக்கொண்டிருக்காமல் அறுத்துத் தூர எறி. எதிலும் விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்பான்மையை வளர்த்துக்கொள். சோம்பேறியாக இருக்காதே. என்னைப் பார்க்க வருவதாக இருந்தாலும் உன் கடமைகளை முடித்துவிட்டுப் பிறகு வந்து என்னைப் பார்.

எவன் நல்லவன், எவன் கெட்டவன் என்பதைப் பார்த்து நடந்துகொள். முதலில் வித்தியாசம் தெரியாது. ஆனால், நீ தியானம் செய்யச் செய்ய, உனக்கு அதைப் புரிந்துகொள்ளும் பக்குவம் வரும்.

மனச்சாட்சியின்படி நடந்துகொள். மனச்சாட்சியிடமிருந்து எதையும் மறைக்க முடியாது. ஆசை உரக்கப் பேசும். மனச்சாட்சி சன்னமான குரலில் பேசும். மனச்சாட்சியையும் மீறி நீ தவறு செய்துவிட்டாலோ, அது உன்னைச் சும்மா விடாது. குத்திக் குத்திக் கொன்றேவிடும். மனச்சாட்சியிடம் அப்படிக் கஷ்டப்படுவதைவிட அது சொல்வதைக் கேட்டு நடப்பது நல்லது.

அந்த மனச்சாட்சிதான் கடவுள். நீயும் உன் மனச்சாட்சியைப்போல் உன்னை வேடிக்கை பார்க்கக் கற்றுக்கொள்.

உனக்கு குரு ஒளி காட்டும் போது பின்வர வேண்டும். இறைவனைத் தவிர வேறு யாரும் வெளிச்சம் காட்ட முடியாது. வெளிச்சத்தை விட்டு விலகிப் போனால் வழி தெரியாமல் இருளில் தடுக்கி விழுவாய். அதனால் நம்பிக்கையோடு வா. வரும்போது உன் மனைவி மக்களையும் அழைத்து வா. அவர்களும் கடைத்தேற வேண்டும் அல்லவா?

காற்றுள்ள போதே தூற்றிக்கொள். ஊதி, யோகம் செய்யச் செய்யப் புகை மண்டலம் விலகும். வழி காட்ட ஒருவன் இருக்கும்போதே வெளியே வந்துவிடு.

சீடன்: பந்தங்களிலிருந்து விலகி, எங்காவது தனியாகச் சென்று, முழு நேரமும் தியானத்தில் ஈடுபட விரும்புகிறேன்.

குரு: பந்தங்களிலிருந்து உடலளவில் விலகினால் போதுமா? மனத்தளவில் விலகுவது கடினமாயிற்றே. அங்கே போய் உன் கணவரைப்பற்றியும்

குழந்தைகளைப்பற்றியுந்தான் நினைத்துக்கொண்டிருப்பாய். எங்கு சென்றாலும் உன் மனம் ஒன்றுதானே.

சீடன்: நாடி ஜோதிடம் சொல்பவர்கள், ஒருவனுக்கு என்னென்ன கஷ்டங்கள் வரும் என்பதையும் சொல்லி, அவற்றிற்கு நிவாரணமும் சொல்கிறார்கள். அவர்கள் சொல்வது உண்மையா?

குரு: எல்லா சாஸ்திரங்களுமே உண்மைதான். ஆனால், அவற்றை வைத்துக்கொண்டு பொருள் பறிக்கத் திட்டமிட்டால் சாத்திரங்கள் வேலை செய்யா.

சீடன்: நிறைய புத்தகங்களைப் படிப்பது நன்மை தருமா?

குரு: உன் குரு, உனக்குச் சொல்லிக் கொடுத்ததைச் செய். புத்தகங்களில் இடைச்செருகல் இருக்கும். படித்துத்தான் ஞானம் வரவேண்டும் என்பதில்லை. யோகம் பயின்றால் ஞானம் தானாக வரும். பிராண சக்தியின் சூட்சுமம், பகவத் கீதையில் விளக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், அது பாஷ்யங்களில் வெளிப்படவில்லை. உண்மையான ஞானகுரு வந்து சொல்லித்தந்தால், அப்போது நீ புத்தகங்களில் பயிலாதவற்றையெல்லாம் செய்யலாம். தொலையறிதல் (Telepathy). தொலைநோக்கு (clairvoyence) தொலைக்கேள்வி (clairaudience) இவை எல்லாமே மனிதனுக்கு இயற்கையாகவே உண்டு. பிராண சக்தியின் சூட்சுமம் அவனுக்கு மறந்து விட்டதால் இவையும் கைவராமல் போகின்றன.

சீடன்: ராமலிங்க ஸ்வாமிகள் ஜோதி வடிவமாகி மறைந்துவிட்டதாகச் சொல்கிறார்கள். அது உண்மையா?

குரு: மகான்களைச் சந்தேகிக்காதே. உனக்குத் தெரிந்தது மிகவும் சொற்பம்.

> 'கற்றது கைம்மண் அளவு
> கல்லாதது உலகளவு,'

என்று ஔவையே சொல்கிறார்.

சீடன்: மகான்களைச் சந்தேகிக்காதே என்று கூறுகிறீர்கள். ஆனால் ஒவ்வொரு மகானும் ஒவ்வொரு விதமாகச் சொல்லிவிட்டுப் போயிருக்கிறார்கள். சங்கரர் ஒன்று சொல்கிறார்; மத்வர் ஒன்று சொல்கிறார்; ராமானுஜர் ஒன்று சொல்கிறார்; எதை நம்புவது?

குரு: ஏதாவது ஒன்றில் உன் மனத்தை முழுமையாகச் செலுத்தி அந்த வழியைக் கடைசிவரை பின்பற்றிப் பார். உன் சந்தேகங்களெல்லாம் தீர்ந்து விடும். அதுவரை முழு நம்பிக்கையோடு நீ தேர்ந்தெடுத்த ஒரு பாதையில் செல். ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்குத் தேவை முழு நம்பிக்கை. அங்கே உன் மூளையை உபயோகித்தால் ஆன்மீக முன்னேற்றத்துக்குத் தடை ஏற்படும்.

சீடன்: ஆனால், பழக்கதோஷத்தினால் புத்தி மீண்டும் மீண்டும் தலைதூக்குகிறதே?

குரு: சிறு வயதிலேயே இந்த மார்க்கத்துக்கு வந்துவிட்டால் குரு சொல்வது பசுமரத்தாணி போல் மனத்தில் பதியும். முற்றிய மரம் என்றால் ஆணி சுலபத்தில் உள்ளே இறங்காது. ஓங்கித்தான் அடிக்கவேண்டும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாகப் பழக்கத்தை மாற்றிக்கொள்.

சீடன்: நான் உங்களைப் பார்த்த நாளிலிருந்து நீங்கள் ஒரு ஜோதிக்குள் அமர்ந்தபடி என் கூடவே இருப்பதைப் போல் ஒரு காட்சி தெரிகிறது. நீங்கள் இறுதிவரை என்னுடன் இருப்பீர்களா?

குரு: நீ தனிபாக இருப்பதாக நினைக்காதே. நான் எப்போதும் உன்னோடு தான் இருக்கிறேன். Don't think you are alone. God is with you. He always helps you. He always guides you. நீ எங்கு போனாலும், உனக்கு முன்னால் அவர்தான் போய்க்கொண்டிருக்கிறார் உனக்கு எந்தத் தடங்கலும் வரக்கூடாதே என்று. உன்னைந் தாக்க யாரேனும் வந்தாலும் அடி உன்மேல் விழாது; அவர் மேல்தான் விழும். So, always have that Faith. Have that confidence. நம்பிக்கையோடு இரு.

ஒரு சீடரின் வீட்டில், உபதேசம் செய்யப்படும் நாள்களில், ஒரு பெரியவர் சூட்சும சரீரத்தில் வந்து அந்த அறையைச் சுத்தம் செய்துவிட்டுப் போகிறார். அவருடைய உருவம் அங்கு வேலை செய்யும் பெண்மணிக்கு மட்டும் தெரிகிறது. உன் கண்களில் படாமல் சூட்சும சரீரத்தில் பெரியோர் உன்னைப் பாதுகாத்தும், கண்காணித்தும் வருகிறார்கள்.

மூன்று சிவபக்தர்கள் கைலாசம் செல்ல ஒரு புஷ்பக விமானத்தில் ஏறினார்களாம். நான்காவதாக இன்னொரு சிவபக்தரும் வந்து, தம்மையும் ஏற்றிக்கொண்டு செல்லும்படி கேட்டாராம். "இதில் மூன்று பேருக்குத்தான் இடமிருக்கிறது", என்று முதல் மூவரும் சொல்ல, நான்காமாவர், "ஆனால் நான்கு பேர் இருக்கிறீர்களே!" என்று சிரித்தார். ஆம் ! அந்த மூவரோடு இறைவனும் இருந்தார் அல்லவா?

சீடன்: ஓர் ஒளிச்சக்கரம் சுழல்வது போலும், நீங்கள் அதற்குள் அமர்ந்திருப்பது போலும் எனக்குக் காட்சிகள் தெரிகின்றன.

குரு: உனக்குத் தெரியும் காட்சிகளைப்பற்றி நான் தனியாக இருக்கும்போது என்னிடம் சொல். சில காரணங்களுக்காக, ஆன்மீகத்தில், ஒவ்வொரு சீடனும் ஒவ்வொரு விதமாக நடத்திச் செல்லப்படுகிறான். ஒவ்வொருவர் மனமும் வித்தியாசப்படுவதால், நீ உனக்குத் தெரியும் காட்சிகளைப் பிறரெதிரில் சொல்வது, அவர்கள் மனம் குழப்பமடையக் காரணமாகலாம்.

சீடன்: தியானம் செய்யும் போது மனம் தெளிவடைகிறது. இனிமேல் குழப்பமே இருக்க முடியாது என்னும் அளவுக்குக்கூடத் தெளிவாகி விடுகிறது. ஆனால், சிறிது நேரத்திற்கெல்லாம் மாயை பல வடிவங்களையெடுத்து, 'விட்டேனா பார்' என்று என்னைத் துரத்துகிறது. மண்டை ஓடுகளும், பிரேதங்களுங்கூட என் கண்முன் தோன்றி என்னைப் பயமுறுத்துகின்றன.

குரு: யோகத்தில் இப்படி ஏற்படுவதுண்டு. அப்படிப்பட்ட காட்சிகள் உனக்குத் தோன்றும் போது, நீ அவற்றிடம் " நான் உங்களிடம் பயப்படமாட்டேன். என் குருநாதன் யார் தெரியுமா?" என்று தைரியமாக இராமலிங்க ஸ்வாமிகளைப் போல் கேள், அவை மறைந்துவிடும்.

சீடன்: சாத்திரங்களெல்லாம் உண்மை என்று கூறினீர்கள். அப்படியானால் நான் அவற்றைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டுமா?

குரு: வாசியோகம் எனப்படும் கதாகதம் பிராண சக்தியின் சூட்சுமத்தை அறிவதற்குச் செய்யும் பயிற்சி. செய்பவனுக்கு ஒரு சாத்திறமும் கிடையாது. வேளை தவறாமல் கதாகதம் செய்பவனுக்கு நியமங்கள் கிடையாது. இறைவன் மனிதனின் அகங்காரத்தை அழிப்பதற்காகத்தான், வேண்டுமென்றே பிரச்சினைகளைத் தந்து தடுமாற வைக்கிறான். பிராண சக்தியின் சூட்சுமம் தெரிந்தவன் அகங்காரம் கொள்ள மாட்டான். அவனை நாள் என்ன செய்யும், கோள்தான் என்ன செய்யும்?

சீடன்: பிறர் நலனுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்யலாமல்லவா?

குரு: சத் சங்கம் நடக்கும்போது எல்லோரும் ஒன்றுசேர்ந்து பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிடங்களுக்குப் பொது நலன் வேண்டிப் பிரார்த்தனை செய்யுங்கள்.

சீடன்: ஞானம் அடைந்துங்கூட, சிலர், பிறரிடம் குற்றம் கண்டுபிடித்த வண்ணம் வாழ்க்கையைக் கழித்துவிடுகிறார்களே !

குரு: உச்சியை அடைந்த பிறகும் மீண்டும் வழுக்கி விழலாம். பிறரை எடைபோடக்கூடாது என்று சொல்வது அதற்காகத்தான்.

சீடன்: யோகத்தில் ஆண் என்றும் பெண் என்றும் பேதமுண்டா?

குரு: வாசி யோகத்தில் ஆண் என்றும் பெண் என்றும் பேதம் கிடையாது. ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் உடலமைப்பைத் தவிர வேறெந்தப் பேதமும் கிடையாது. இருவருக்கும் உணர்வுகள் பொதுவானவை. புத்தி பொதுவானது. ஆன்மீகப் பயணம் பொதுவானது. அவர்கள் உடம்பெடுத்ததற்கான குறிக்கோளும் பொதுவானது. ஓர் ஆண் உடலில் இருக்கும் ஆன்மாவுக்கும் பெண் உடலில் இருக்கும் ஆன்மாவுக்கும் எந்தப் பேதமும் இல்லை.

யோகத்தில் 'சுக்லம்' என்றும் 'விந்து' என்றும் சொல்லப்படுவது பிராண சக்தியே தவிர வேறொன்றுமில்லை.

ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் யாவற்றிலும் சமமான முக்கியத்துவம் உண்டு. மஹாசக்தியை உயர்த்தி வைத்திருப்பதற்குக் காரணம், பெண்கள் சாதாரணமாகத் தாழ்வாக எண்ணப்படுகிறார்கள் என்பதே.

சீடன்: நீங்கள் எங்களுக்குச் சோதனைகளைத் தருவீர்களா?

குரு: இருட்டில் தடுமாறிக்கொண்டிருந்த உனக்கு நான் ஒளியைத் தந்திருக்கிறேன். அந்த வெளிச்சத்தில் பார்த்தால், உனக்கு என்னையும் தெரியும்; கூட இருப்பவர்களையும் தெரியும்; பாதையும் தெரியும்; எதிர்ப்படும் இடர்களும் தெரியும். The light has come. இனி உனக்கு எந்தப் பிரச்சினையும் கிடையாது. ஆனால், ஒன்று. இப்போதும், நீ வேண்டுமென்றே, வந்திருக்கும் ஒளியைப் பயன்படுத்தாமல் கண்களை மூடிக்கொண்டால், என்னால் எதுவும் செய்ய முடியாது. கண்களை மூடிக்கொண்டு நீ எதிலாவது முட்டி மோதி இடறி விழுந்தால் அதை நான் கொடுத்த சோதனை என்று எண்ணிவிடுகிறாய். கண்களைத் திறந்து பார்.

சீடன்: என் நிலையே எனக்குப் புரியவில்லை. ஆற்று வெள்ளம் போல், வாழ்க்கை என்னை அடித்துக்கொண்டு போய்விடுமோ என்று பயமாக உள்ளது.

குரு: படகில் இருக்கும்போது ஏன் பயப்பட வேண்டும்? படகோட்டி பார்த்துக்கொள்வான். மாயத் தோற்றங்களைக் கண்டு மயங்காதே. மாட்டிக்கொண்டுவிடுவாயோ என்ற சிந்தனையே உனக்கு வரக்கூடாது. அதுதான் பெரிய அழுக்கு. அதை முதலில் துடைத்துவிடு.

உடல் ஒரு நாள் விழும். கடைசி நேரத்தில் துயரப்படாதே.

"வீடுவரை உறவு
வீதிவரை மனைவி
காடுவரை பிள்ளை
கடைசிவரை யாரோ?"

என்று கவிஞர் பாடினார்.

'கடைசிவரை', வாசியோகந்தான். நீ வாசி யோகத்தின் சூட்சுமத்தைப் புரிந்துகொள்ளாமல் பாதிப் பயிற்சியிலேயே உயிர் நீந்தாலுங்கூட அடுத்த பிறவியில் வாசியோகம் உன்னைத் தொடர்ந்து வந்து உன்னை முழுமையாக்கும். நீ பயிற்சி செய்யச் செய்ய உன் சந்தேகங்கள் எல்லாம் நிவர்த்தியாகும். பிரச்சினைகளும் அணுகா. அப்படியே பிரச்சினைகள் வந்தாலும் அவற்றை

உன்னால் எளிதில் சமாளிக்க முடியும். எதையும் தாங்கும் சக்தி உனக்கு வந்துவிடும். பொறாமை, ஆசை, கோபம், இன்னாச்சொல் போன்றவை அடங்கி விடும்.

சீடன்: இன்னாச்சொல் என்றால் என்ன?

குரு: எதிராளிக்குப் பதற்றத்தைத் தரக்கூடிய சொல் எதுவாயினும் அது இன்னாச்சொல். "யாகவாராயினும் நாகாக்க." பேசுவதற்கு முன்னால் சிந்தித்துப் பேசு. அடக்கமாக இரு. யார் மனமும் புண்படும்படி பேசாதே. அபாண்டமான சொற்களைச் சொல்வது ஒருயிரைக் கொல்வதற்குச் சமானம்.

உன் சிந்தனை நல்லவையாக இருந்தால் உன் சொற்களும் நல்லவையாக இருக்கும்.

இன்னொன்று : உனக்குச் சித்தவித்தை கற்றுக்கொடுக்கப்பட்ட உடனேயே உனக்கு எல்லாம் தெரிந்துவிட்டதாக எண்ணிவிடாதே. உனக்குத் தெரிந்ததைப் பிறருக்குச் சொல்லித் தருவதில் தவறு இல்லை. ஆனால், அவனுக்குச் சந்தேகம் ஏதேனும் வந்தால் அதற்கு விளக்கம் சொல்லும் அளவுக்கு உனக்குத் தெளிவு இருக்க வேண்டும்; பண்பட்ட உள்ளம் இருக்க வேண்டும். அப்படியில்லாமல், நீ பண்படாத போதே பேசத்தொடங்கிவிட்டால், பிறகு, 'சித்த வித்தையைப்' பற்றிப் பிறர் தவறாகக் கருதக்கூடும். மெய்யுணர்வு வரும்வரை அடக்க ஒடுக்கமாக இருப்பதுதான் நல்லது.

சீடன்: சற்று முன் படகோட்டி என்று கூறினீர்கள், அவ்வாறு நீங்கள் குறிப்பிட்டது குருவையா?

குரு: ஆம்.

சீடன்: குருவின் உதவியில்லாமல் பிறவிச்சுழலிலிருந்து தப்ப முடியாதா?

குரு: சம்சார சாகரமென்றும் பிறவிச் சுழலென்றும் உருவகம் செய்யப்பட்டுள்ளது. கடலைத் தாண்ட வேண்டுமானால் நீந்திக் கடக்க முடியுமா? ஒரு புறம் சுறாமீன்கள் உன்னை விழுங்க வரும். ஒரு புறம், பாறைகளும், சுழல்களும் உன்னைப் பாதாளத்துக்குக் கொண்டுசெல்லக் காத்திருக்கும். சற்று தூரம் வந்த பிறகு உன்னைக் கடல் நாலாபுறமும் சூழ்ந்திருக்க, நீ திசை தெரியாமல் தவிப்பாய். நீந்தி நீந்திக் கைகால்கள் ஓய்ந்துவிடும். தாகம் எடுக்கும், பசிக்கும். இரவும் வந்துவிட்டால் நிலைமை இன்னும் மோசமாகும். இந்தப் பிரச்சினைகளெல்லாம் சிறிதும் இல்லாமல் நீ அக்கரை செல்ல வேண்டுமானால், தேர்ந்த படகோட்டியும் படகும் மிகவும் அவசியம். படகோட்டி, கடலைப் புரிந்து கொண்டவன். சுழல் இருக்கும் இடம் அவனுக்குத் தெரியும். பாறைகள் இருக்கும் பக்கம் போவதையும் அவன் தவிர்த்து விடுவான். மீன்களின் பழக்க வழக்கங்களையும் அவன் அறிந்தவனாதலால், அவற்றாலும் உனக்குத்

தொல்லையிருக்காது. படகோட்டி திசை தெரிந்தவன். படகில் ஏறிவிட்டால், நீ கடலை வேடிக்கை பார்த்தபடி அக்கரை சேரலாம். பிறவிச்சுழலில் மாட்டிக்கொள்ள மாட்டாய்.

சீடன்: இறைவன் எனக்குள்ளேயே இருப்பதாகச் சொல்கிறீர்கள். பிறகு, குரு எதற்கு?

குரு: குரு ஒரு கைகாட்டி மரத்தைப் போன்றவன். அவன் காட்டும் பாதையில் சென்றால்தான் உனக்குச் சூட்சுமம் புரியும். பார்வையுள்ளவன்தானே பார்வையற்றவனுக்கு வழிகாட்ட முடியும்? மனிதப்பிறவி எடுப்பதற்குக் காரணமே இறைவனை உணர்ந்துகொள்ள வேண்டும் என்பதுதான் தேவர்கள்கூட, மனிதப்பிறவி எடுத்தே இறைவனைச் சேர்கிறார்கள்.

சீடன்: சித்த வித்தை கற்பிப்பவன் எப்படியிருக்க வேண்டும்?

குரு: சித்த வித்தை அப்பியாசத்தில் நீ முதிர்ச்சியடையும் போது அதையும் தெரிந்துகொள்வாய்.

சீடன்: உணவு விஷயத்தில் நான் கடைபிடிக்க வேண்டிய விதிமுறைகள் எவையேனும் உள்ளனவா?

குரு: வாசியோகம் முதிர்ந்து போகும் போது உள்ளிருந்து அமுதம் சொட்டும். அமுதம் உண்டால் பஞ்சபூதங்களும் தூர நிற்கும். அதுதான் உண்மையான உணவு. உயிர் வளர்க்க வேண்டுமானால் வாசியோகம் செய்ய வேண்டும். உடல் வளர்க்க நீ உட்கொள்ளும் உணவு மிதமாக இருக்க வேண்டும். அதிகமாக ருசி பார்க்காதே. எதிலும் மன நிறைவோடு இரு. போதுமென்ற மனமே பொன் செய்யும் மருந்து. பசிக்கும்போது, கிடைத்ததைச் சாப்பிடு. பசியாறியதும் உனக்கு உணவைத் தந்த இறைவனுக்கு நன்றி கூறு.

புலால் உணவைத் தவிர்த்துவிடு. புலால் உண்டால், உன் ஜீவாத்மாவைப் பரமாத்மாவிடம் இருந்து பிரித்து வைத்திருக்கும் ஜவ்வு போன்ற மாயைத் திரைகள் கடினப்பட்டு உறுதிப்படும். அப்போது அவற்றைப் பிராண சக்தியால் ஊதிக் கிழிக்க அதிக முயற்சி தேவை. போதைப் பொருள்களை நீ முற்றிலும் தவிர்க்க வேண்டும். அவற்றை உபயோகித்தால் உன் சமநிலை கெடும். அடக்கமும், ஒடுக்கமும் விலகும். பயற்சியில் தொடர்ச்சியிருக்காது. நீ அதற்கு அடிமையானால் உன் உடல் நிலையும் கெடும். பிறகு, உன்னால் உனக்கும் பயனிருக்காது, பிறருக்கும் பயனிருக்காது.

சீடன்: தியானம் செய்யும் போது மனம் ஒருநிலைப்பட மறுக்கிறதே?

குரு: Allow the mind to wander. "மனமே! இருந்தால் இரு, போனால் போ!" என்று சொல்லிவிட்டு நீ அமர்ந்து தியானம் செய். அப்போது, "என்னைப்

போகச் சொல்லிவிட்டு இவன் என்ன செய்யப்போகிறான்?'' என்று மனம் ஆர்வத்தை அடக்க முடியாமல் உன் அருகே வந்து ஒழுங்காக அமரும். Firm determination! Strong will – power! உனக்குத் திடச் சித்தம் இருக்க வேண்டும். பாரதப் போரில் அர்ஜுனன், எதிரணியில் தன் உறவினர்களைக் கண்டு கலங்கிப்போய் வில்லைக் கீழே போட்டபோது, கிருஷ்ணபரமாத்மா அவனைப் பார்த்து, ''அர்ஜுனா! நீ க்ஷத்திரியனல்லவா? உன் திடசித்தம் எங்கே போயிற்று?'' என்றுதானே கேட்டான்! எந்தச் செயலையும் முழுதாக முடிப்பதற்கு மனவலிமை மிகவும் அவசியம். ஒரு முனையில் நின்றான் பகீரதன்; அதனால் கங்கை வந்தாள். நீ கோழையாக இருந்தால், இறைவனுடைய அருள், கடலில் பெய்த மழையைப்போல் உனக்குப் பயனற்றதாகிவிடும்.

சீடன்: என் குடும்பப் பிரச்சினைகளையெல்லாம் நீங்கள் தீர்த்து வைப்பீர்களா?

குரு: பிரச்சினைகளைத் தீர்த்துக்கொண்டிருப்பதற்காக நாம் பிறவி எடுக்கவில்லை. இறைவனை உணர்ந்து அவனோடு சேர்வதற்காகவே இவ்வுடலையெடுத்திருக்கிறோம். உன் மனைவி மக்களுக்கு உன்னால் முடிந்ததைச் செய். உன்னால் முடியாதபோது, 'இறைவா! என்னால் முடியவில்லை; நீ பார்த்துக்கொள் என்று எல்லாவற்றையும் இறைவனுக்கே அர்ப்பணம் செய்.

காலையும் மாலையும் ஒழுங்காக தியானம் செய். வேலை செய்தால் கூலி. நீ தியானம் செய்யச் செய்ய உன்னைச் சுற்றியிருக்கும் பிரச்சினைகள் மறையும். புல்லாங்குழலில் காற்று வெளிப்படும் துவாரங்கள் ஒன்பது. ஆனால், வாசிக்கும் துவாரம் ஒன்றுதான். உடலிலும் ஒன்பது துவாரங்களின் வழியாகப் பிராணசக்தி நசிக்கிறது. ஆனால், பத்தாம் வாசலாகிய பிரம்மரந்திரத்தைத் தட்டித் திறந்தால் பிறகு நீ சாகா வரம் பெற்றவனாவாய். உண்மைக்கு வர்ணமில்லை.

* * * * * * *

I. சுடர் தியானம்

குரு: இப்போது நான் சொல்லித்தரப்போகும் பயிற்சி புதிதாகத் தியானம் செய்யத்தொடங்குவோருக்கானது.

ஒரு மெழுகுவத்தியை எடுத்துக்கொள். நீ ஒரு மணையின் மேலோ, நாற்காலியிலோ நேராக அமர்ந்து, மெழுகுவத்தியை ஏற்றி, உன்னிடமிருந்து சுமார் நான்கு அல்லது ஐந்தடி தூரத்தில் உன் கண்களுக்கு நேர்கோட்டில் அதன் சுடர் இருக்குமாறு நிற்க வை. பின், உன் மனத்தை ஒரு நிலையில் நிறுத்தி, கூடியவரை இமைக்காமல், அச்சுடரைச் சிறிது நேரம் பார்த்தபடியிரு. அச்சுடருடன் நட்புக் கொள். "சுடரே, என்னிடம் வா." என்று கூப்பிடு. பிறகு கண்களை மூடிக்கொண்டு உன் மனக்கண்ணால் அச்சுடரைப் பார். முடியவில்லை என்றால் பார்ப்பதாகக் கற்பனை செய்துகொள். சுடர் உன்னிடம் வருவதாகப் பாவித்துக்கொள்.

" சுடரே! எனக்குள்ளே வந்து என்னைத் தூய்மைப்படுது" என்று இறைஞ்சு. வாயைத் திற. சுடரை அழைத்து உன் நாவில் அமர்த்து. சுடரின் ஒளி, உன் நாவிலும், பற்களிலும், மேலண்ணத்திலும், உள்நாக்கிலும் படர்ந்திருப்பதாகப் பாவித்துக்கொள்.

"சுடரே, என்னைத் தூய்மைப்படுத்து. பொய்ம்மையைச் சுட்டுப் பொசுக்கிவிடு. என் நாவிலிருந்து பிறக்கும் சொற்கள் இனிமேல் நற்சொற்களாக இருக்கட்டும்" என்று கோரு. சுமார் இரண்டு நிமிடங்களுக்குச் சுடரை நாக்கில் இருத்திவிட்டுப் பிறகு அது நகர்ந்து உள்ளே இறங்கி, தொண்டைக்குள் நிற்பதாக பாவனை செய். உன் தொண்டைப்பகுதி முழுவதும் ஒளி பெற்றுத் திகழ்வதை உன் மனக்கண்ணால் பார். இப்பகுதி ஆறு சக்கரங்களுக்குள் ஒன்று.

"சுடரே, என்னைத் தூய்மைப்படுத்து. பொய்ம்மையைச் சுட்டுப் பொசுக்கி என்னைப் புடம் போடு" என்று தங்கமயமாகப் பிரகாசிக்கும் சுடரைக் கேட்டுக் கொள். இரண்டு நிமிடங்கள் சுடரை அங்கேயே இருத்திப் பிறகு அது உன் நெஞ்சை நோக்கிச் செல்வதாகப் பாவனை செய். உன் நெஞ்சின் நடுவில் அதைச் சிறிது நேரம் இருத்து. அதன் ஒளி உன் நெஞ்சுக் கூட்டையும், உன் இதயத்தையும் உள்ளிருக்கும் பிற உறுப்புகளையும் ஊடுவி, இருளை அகற்றுவதாகப் பாவித்துக்கொள்.

"சுடரே, என்னைத் தூய்மைப்படுத்து. பொய்ம்மையைச் சுட்டுப் பொசுக்கி என் உணர்ச்சிகளை மேம்படுத்து". இவ்வாறு சுடரிடம் தாழ்மையுடன் கேட்டுக்கொள். இந்த இடத்திலும் சுடரைச் சுமார் இரண்டு நிமிடங்கள் இருக்கச் செய்து, பின் உன் நாபியை நோக்கி அது பயணம் செய்வதாக பாவனை செய். உன் நாபியில் சுடரை நிறுத்தி மீண்டும் பிரார்த்தனை செய்.

"சுடரே! என்னைத் தூய்மைப்படுத்து. பொய்ம்மையைச் சுட்டுப் பொசுக்கி, என் சக்தியாவும் நன்மைக்கே பயன்படுமாறு செய்".

உன் நாபியைச் சுற்றிலும் சுடரின் ஒளி படுமாறு சில நிமிடங்கள் தியானம் செய். பிறகு, சுடரைக் கீழ் நோக்கி அழைத்து வா. உன் இரண்டு

இடுப்பெலும்புகளுக்கும் இடையில், ஆண் (அல்லது பெண்) உறுப்புக்குச் சற்று மேலே, சுடரை நிறுத்து.

"சுடரே! என்னைத் தூய்மைப்படுத்து, பொய்ம்மையைப் பொசுக்கி, என்னைப் புனிதமாக்கு," என்று வேண்டிக்கொள். அந்தப் பகுதியைச் சுடரின் ஒளி வியாபித்து இருளை அகற்றுவதாகச் சில நிமிடங்கள் தியானம் செய். பிறகு சுடரை உன் மூலாதாரத்துக்கு அழைத்து வா. உடலின் முதல் சக்கரமான மூலாதாரம் எங்கிருக்கிறது என்று இப்போது விளக்குகிறேன். நீ நேராக நிமிர்ந்து பத்மாசனத்திலோ, சித்தாசனத்திலோ அமரும்போது உன் உச்சியிலிருந்து இறங்கி உடலின் மையத்தை நேராகத் துளைத்துத் தரையைத் தொடுவதாக ஒரு நேர்கோட்டைக் கற்பனை செய்துகொள். அப்படி அந்த நேர்கோடு தரையைத் தொடும் இடத்தில் இருக்கும் உன் உடலின் அடிப்பகுதியே மூலாதாரம் எனப்படும். மூலாதாரத்துக்கு நீ அழைத்து வந்த சுடரை அங்கே சற்று அமர்த்து. சுடரின் ஒளி அந்த இடத்தில் வியாபிக்குமாறு சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

"சுடரே, பொய்ம்மையைச் சுட்டெரித்து என்னைத் தூய்மையாக்கு. என் முனைப்புகளை (tendencies) பொசுக்கி என்னைப் புனிதமாக்கு" என்று சுடரிடம் வேண்டிக்கொள். பிறகு, சுடரைப் பின்னோக்கி நகர்த்தி முதுகெலும்பின் வழியாக மெதுவாக மேலேற்றி, உன் கபாலத்தின் பின்பகுதியில் உன் பின்கழுத்துக்கு சற்று மேலே, அதை இரண்டு அல்லது மூன்று நிமிடங்களுக்கு இருத்து. சுடரின் ஒளி அங்கே பரவி இருளை அகற்றுவதாக பாவனை செய்.

"சுடரே! பொய்ம்மையைச் சுட்டெரித்து என்னைத் தூய்மையாக்கு" என்று பிரார்த்தனை செய்.

பிறகு, சுடரை அங்கிருந்து உன் புருவ மத்திக்கு எடுத்து வந்து, அதன் ஒளி அங்கும் பரவி இருளை அகற்றுவதாகப் பாவனை செய்.

"சுடரே! பொய்ம்மையைச் சுட்டெரித்து என்னைத் தூய்மையாக்கு. எனக்கு ஒளியைத் தா." என்று அந்தச் சுடரிடம் பிரார்த்தனை செய்.

பிறகு, சுடரை உன் கபாலத்தின் நடுமையத்துக்கு எடுத்து வா. சுடரை அங்கேயே நிறுத்தி,

"சுடரே! பொய்ம்மையைச் சுட்டெரித்து என்னைத் தூய்மையாக்கு. எனக்கு ஒளியைத் தா." என்று அந்தச் சுடரிடம் பிரார்த்தனை செய். இரண்டு நிமிடங்களுக்குச் சுடரை அங்கேயே இருத்திப் பிறகு அந்தச் சுடர் உன் உச்சி வழியே வெளியே வந்து, உன் தலைக்கு ஐந்தங்குலம் மேலே நிற்பதாகப் பாவனை செய். அந்தச் சுடரைச் சிறிது நேரம் அங்கேயே நிறுத்து. பிறகு அந்தச் சுடரே பெரிதாக உன்னை முழுவதுமாகச் சூழ்வதாகவும், உன் மொத்த உருவமும் அந்தச் சுடருக்குள் இருப்பதாகவும் பாவனை செய்து, அப்படியே கொஞ்ச நேரம் அமைதியாக உட்கார்ந்திரு.

சீடன்: இந்தச் சுடரை ஒவ்வோரிடத்திலும் இருத்திப் பிரார்த்தனை செய்ய ஏதாவது பாடலோ சுலோகமோ சொல்லித் தருகிறீர்களா?

குரு: நீ உள்ளம் உருகி உன் சொந்த வார்த்தைகளால் கேட்பதே சாலச்சிறந்தது. நீ என்னிடம் பேசுவதைப் போல், அந்தச் சுடரிடமும் பேசலாம்.

* * * * * * *

II. பிரம்ம வித்தை

குரு: இப்பொழுது நான் உனக்கு, 'பிரம்ம வித்தையைக் கற்றுத் தரப் போகிறேன். பிரம்ம சொரூபத்திலிருந்து 'நான்' என்ற பிரக்ஞையோடு தனிப்படும் ஆத்மா, பஞ்ச பூதங்களில் பொதிந்து உடலெடுக்கிறது. பிரம்ம சொரூபத்திலிருந்து பிரக்ஞையோடு தனிப்படும் ஆத்மா, பரிசுத்தமான பிராண சக்தியே. அதை இனிமேல் ஆத்ம பிராணன் என்று அழைக்கலாம். பிறந்த குழந்தையின் உச்சி பஞ்சு போல் மிருதுவாகவும், கபால எலும்பினால் மூடப்படாமலும் இருக்கும்; பார்த்திருக்கிறாயா? அந்த மூடப்படாத பகுதிக்குக் கீழே கபாலத்தின் நடுமையத்தில் இருப்பதுதான் பிரம்ம ரந்திரம். அது மூடப்படாதவரை பிரம்மத்துக்கும் அந்த ஆத்மபிராணனுக்கும் இடையிலான தொடர்பு முழுமையாக இருக்கும். அது மூடப்பட்டு 'உச்சி' ஸ்பரிசத்துக்கு உறுதியாகும் போது, அந்த ஆத்மா, பிரம்மத்தின் வசத்திலிருந்து, பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கையால் பரிணமிக்கும் மாயையின் வசத்துக்கு வந்து விட்டதாகப் பொருள். இப்படிப் பஞ்ச பூதங்களின் சேர்க்கையான பூதவுடலில் சிறைபடும் ஆத்ம பிராணன், பஞ்சபூதங்கள் விதவிதமான விகிதங்களில் கூடி அதற்குச் சமைத்துத்தந்த நாடிகளின் வழியாகச் சலித்துக் கீழ் நோக்கிப் பாய்கிறது. ஆத்ம பிராணன் பிரம்மரந்திரத்திலிருந்து கீழ்நோக்கிப் பாய்வதற்கு ஏதுவாகும் நாடியின் பெயர் 'சுஷிம்னா நாடி.' இந்த நாடி, கண்கள், நாசி வழியாகவும், உணவுக்குழாயின் பக்கமாகவும் கீழிறங்கி நாபியைத் தொட்டுப் பிறகு ஆண் அல்லது பெண் உறுப்புக்கு இறங்குகிறது. அந்த நிலையிலிருந்து சற்றுப் பின்நோக்கிச் சென்று முதுகுத்தண்டின் அடியைத் தொடுகிறது. அதுவரை கீழ்நோக்கியே பயணம் செய்த ஆத்ம பிராணன், முதுகுத்தண்டின் அடியைத் தொட்டதும் அதன் வழியாகவே மேலே ஏறத் தொடங்குகிறது. பிறகு பின் மண்டையையடைந்து அங்கிருந்து மீண்டும் தன் பயணம் தொடங்கிய இடமான பிரம்மரந்திரத்தைச் சேர்கிறது.

சீடன்: இந்த சுஷிம்னா நாடி ஒரு குழாயைப் போல் அமைந்திருக்குமா?

குரு: ஆம்! ஆனால், இது முதலிலேயே மூன்றாகப் பிரிந்துவிடுகிறது. இந்த மூன்று உட்பிரிவுகளின் வழியாகத்தான் ஆத்ம பிராணன் சலித்துக் கீழே இறங்குகிறது. அவற்றை இடகலைவாசி, சுஷிம்னா வாசி, பிங்கலை வாசி என்று அழைக்கிறோம். முதுகுத்தண்டின் அடியிலிருந்து இந்த சுஷிம்னா நாடி மேல் நோக்கி, அதாவது, பிரம்மரந்திரத்தை நோக்கிச் செல்கிறது என்று சொன்னேனல்லவா? அப்படி மேல் நோக்கிப் போகும் போது, சுஷிம்னா நாடியின் மூன்று உட்பிரிவுகளும், சந்திரகலைவாசி, அக்னிகலை வாசி, சூர்யகலைவாசி என்று அழைக்கப்படுகின்றன. சுஷிம்னா நாடியின் மூன்று உட்பிரிவுகளும் ஆத்ம பிராணனை மூன்றாகப் பிரிக்கின்றன. இவற்றுள் ஒன்று உடல் சம்பந்தப்பட்டதாகவும், இடையில் இருப்பது எதோடும்

சம்பந்தப்படாததாகவும், மூன்றாவது மனம் சம்பந்தப்பட்டதாகவும் அமைகின்றன. கீழ் நோக்கியிறங்கும் சுஷீம்னா நாடியில் உடல், மனம் ஆகியவை சம்பந்தப்பட்ட வாசிகளில் (இடகலை, பிங்கலை வாசிகளில்) இறங்கும் ஆத்ம பிராணன் அதிக அதிர்வை அடைவதால் . இடையில் எதோடும் சம்பந்தப்படாமல் இருக்கும். ஆத்ம பிராணன் (சுஷீம்னா வாசியில்) பிரக்ஞை குன்றியிருக்கிறது. கீழ் நோக்கியிறங்கும் சுஷீம்னா நாடி முதுகுத்தண்டின் அடியைத் தொட்டு, அதன் வழியாக மேல் நோக்கித் தன் பயணத்தை தொடங்கும் தருணத்திலிருந்து உடல், மனம் ஆகியவை சம்பந்தப்பட்ட வாசிகளில் (இங்கே அவை சந்திரகலை வாசி, சூர்ய கலை வாசி என்று பெயர் பெறுகின்றன.) ஆத்ம பிராணனின் அதிர்வு குறையத் தொடங்குகிறது. அதனால் இடையில் அக்னி கலைவாசியில் எதோடும் சம்பந்தப்படாமல் இருக்கும் ஆத்ம பிராணனின் பிரக்ஞை தீட்சண்யமடையத் தொடங்குகிறது. இந்த மூன்று வாசிகளும் பிரம்மரந்திரத்தை அடையும் போது, உடல், மனம் ஆகியவை சம்பந்தப்பட்ட வாசிகளில் அதிர்வு முற்றிலுமாக அடங்கிவிட, ஆத்ம பிராணன் மாயையிலிருந்து விடுபட்டு முழுமையான பிரக்ஞையோடு ஞான ஆகாசமாகிறது. புரிகிறதா?

சீடன்: அதாவது, பிரம்மஸ்வரூபத்திலிருந்து ஆத்ம பிராணன் தனிப்பட்டு, பிரம்மரந்திரம் வழியாகப் பூதவுடலுக்குள் சிறைப்பட்டு, சலித்துக் கீழே இறங்கிப் பல பாவனைகளை ஏற்று, ஒரு நிலையில் மீண்டும் தன் தொடக்க ஸ்தானத்தை நோக்கித் திரும்பித் தான் ஏற்றுக்கொண்ட பாவனைகள் பண்பட்டு முற்றிலும் அடங்கும் போது பிரம்மரந்திரம் வழியாக விடுதலையடைந்து மீண்டும் ஞான ஆகாசமாகிவிடுகிறது அல்லவா?

குரு: மிகவும் சரி. ஆத்ம பிராணன் சலிக்கும் வழியில் அதைத் தேடிப் பிடித்துச் சிறை மீட்டு பிரம்ம சொரூபத்தில் கலந்துவிடச் செய்யும் வித்தையே பிரம்மவித்தை. ஜீவாத்மாவைப் படிப்படியாகப் பவித்திரமாக்கி அதைப் பரமாத்வோடு கலந்துவிடத் தகுந்ததாக்கும் வித்தையே பிரம்ம வித்தை.

ஓங்காரம் பன்னிரண்டு மாத்திரைகளாகப் பிரிந்துள்ளது.

சீடன்: அப்படியென்றால்?

குரு: 'ஓம்' என்பதே முதற்சலனம். The word. இந்த முதற்சலனத்தில் பன்னிரண்டு பிரிவுகள் உள்ளன. அவற்றையே பன்னிரண்டு மாத்திரைகள் என்று கூறுகிறோம். யோகம் செய்பவன், பின்னர் ஏற்பட்ட சலனங்களில் இருந்து விடுபட்டு முதற்சலனமாகிய ஓங்காரத்தில் நுழைகிறான். ஒரு யோகி ஓங்காரத்தின் எந்த மாத்திரையில் உயிர் நீக்கிறானோ, அதற்குத் தகுந்த வண்ணம் அவனுடைய அடுத்த பிறவி அமையும்.

சீடன்: இன்னும் சற்று விளக்க முடியுமா?

குரு: அதாவது, பிரணவத்தின் பன்னிரண்டு உட்பிரிவுகளே பதினொரு திறன்களும் (Faculties) இறுதியாக ஞான ஆகாசமுமாகும். ஒவ்வொரு திறன்

பூர்த்தியடைந்து பவித்திரம் பெறும் போது, ஒரு யோகி அதற்குச் சம்பந்தமுள்ள லோகத்தில் பிறவியெடுக்கிறான். பிரம்ம வித்தையைத் தெரிந்துகொண்டால் அந்தத் திறன்களை நீ தெரிந்துகொள்ளலாம்.

ஓங்காரத்தின் முதல் படியில், உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் பாரதத்தில் பேரரசனாகப் பிறப்பான். அவன் பஞ்ச பூதங்களையும் தெளிந்தவன்.

ஓங்காரத்தின் இரண்டாம் படியில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் யக்ஷனாகப் பிறப்பான். அவன் இந்திரியங்களைத் தெளிந்தவன்.

ஓங்காரத்தின் மூன்றாம் படியில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் வித்யாதரனாக இருப்பான். அவன் உணர்ச்சிகளைத் தெளிந்தவன்.

நான்காம் படியில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் கந்தர்வனாக இருப்பான். அவன் எதையும் புரிந்துகொள்வதில் பக்குவ மடைந்தவன்.

ஐந்தாம் படியில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் சோமலோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன், எது சரி, எது தவறு என்பதைத் தெளிந்தவன்.

ஆறாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் இந்திரலோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன் தன் குறிக்கோள் எது என்பதைத் தெளிந்தவன்.

ஏழாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் விஷ்ணுலோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன் கவிதையைத் தெளிந்தவன்.

எட்டாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி, அடுத்த பிறவியில் ருத்ர லோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன் நினைவாற்றலைப் பூர்த்தியாகப் பெற்றவன்.

ஒன்பதாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி, மஹாலோகம் அல்லது சக்தி லோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன் விவேகம் அறிந்தவன்.

பத்தாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி ஞானலோகத்தில் தேவனாகிறான். அவன் தெளிவான புத்தியுடையவன்.

பதினொன்றாம் படியில் அல்லது மாத்திரையில் உயிர் நீக்கும் யோகி, தவலோகத்தைச் சேர்கிறான். அவன் தெளிவான அறிவையுடையவன்.

ஓங்காரத்தின் பன்னிரண்டாம் மாத்திரையில் பரம்பொருளின் அருளால், ஜீவாத்மா, பரப்பிரம்மத்தோடு இரண்டறக் கலக்கிறது. அங்கே அவனுடைய பிரக்ஞை, ஞான ஆகாசமாகிறது.

இவற்றை நீ நினைவில் வைத்துக் கொள். இப்போது பிரம்ம வித்தையைச் செய்யும் முறை என்ன என்பதைச் சொல்லித் தருகிறேன்.

பத்மாசனத்தில் நிமிர்ந்து உட்கார். கழுத்தும் தலையும் நேராக இருக்க வேண்டும். கண்களை மூடிக்கொள். சுவாசம் சீராக இருக்கட்டும். உன் பிரக்ஞையை (consciousness) ஒரு நீளக்குழாயாக பாவித்துக்கொள். அந்தக் குழாயின் மேற்பகுதி பிரம்மரந்திரத்தின் நடுவிலும் கீழ்ப்பகுதி, குண்டலீ ஸ்தானமான ஆண் அல்லது பெண் உறுப்பிலும் நிறுவப்பட்டிருப்பதாகக் கற்பனை செய்துகொள். இந்த நீளக்குழாயே உன் சுஷும்னா நாடி. உண்மை ஒளி உன் இரு கண்களிலிருந்தும் தீட்சண்யமான இரண்டு ஒளிக்கோடுகளாக வெளிப்படுவதாகப் பாவித்துக்கொள். இந்தத் தீர்க்கமான ஒளிக்கோடுகள் மேலிருந்து சுஷீம்னா நாடியின் வழியாகக் குண்டலீ ஸ்தானமான ஆண் அல்லது பெண் உறுப்பை நோக்கிச் சீராக இறங்கட்டும்.

உன் பிரக்ஞையை (consciousness) ஒரு நீளக்குழாயாகக் கற்பனை செய்துகொண்டிருக்கிறாய் அல்லவா? உன் சுஷீம்னா நாடியான அந்தக் குழாயின் அடிப்பாகம் குண்டலீ ஸ்தானத்தில் நிறுவப்பட்டுள்ளது அல்லவா. உன் மனம் இந்தக் குழாயின் அடித்தளத்தில் அசையாமல் கிடப்பதாகவும் பாவித்துக்கொள்.

"பஞ்சபூதங்களின் வசப்பட்டிருக்கும் ஓ ஆத்மா!, நீ பவித்திரமான ஞான ஆகாசமே என்று தெளிவாயாக." - என்று சற்று நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, நீ கற்பனை செய்துகொண்டிருக்கும் குழாயின் அடித்தளத்தில் அசையாமல் கிடக்கும் உன் மனத்தை உன் கண்களிலிருந்து வெளிப்பட்டுக் கீழே இறங்கி வந்திருக்கும் தீர்க்கமான ஒளிக்கோடுகளால் இடுக்கியால் பிடிப்பதைப் போலப் பிடித்துத் தூக்கு. அப்படித் தூக்கும் போது நீ உச்சரிக்க வேண்டிய மந்திரம்

1. "ஓம் நமசிவாய நமஹ"

சீடன்: எத்தனை முறை உச்சரிக்க வேண்டும்?

குரு: உன் சௌகரியத்துக்காக ஆறு முறை உச்சரிக்க வேண்டும் என்று வைத்துக்கொள். இந்த மந்திரத்தை உச்சரிப்பது பூத சுத்தி செய்வதற்காக. அதாவது, நீ பஞ்சபூதங்களையும் தெளிவதற்காக. அந்த 'ஒளி-இடுக்கியால்' உன் மனத்தை அந்தக் கற்பனைக் குழாய் வழிபாக மேலே எடுத்து வா. எடுத்து வந்து உன் தொப்பூழ் பிரதேசத்தில் நிறுத்து. இப்போது, நீ பஞ்சபூதங்களைத் தெளிந்து பெற்ற திறன், உன் இந்திரியங்களால் கிரஹித்துக் கொள்ளப்படுகிறது.

இந்தத் தொப்பூழ் பிரதேசத்தில் உன் மனத்தைச் சிறிது நேரம் இருத்தி,

எல்லையற்ற பிரம்மத்தைக் குறித்துத் தியானம் செய். பிறகு, உன் விழிகளின் ஒளிக்கோடுகளால், மீண்டும் அந்தக் கற்பனைக்குழாய் வழியே உன் மனத்தை இடுக்கியால் பிடிப்பது போல் பிடித்து மேலே தூக்கி வா. அப்போது,

2. "ஓம் பிரம்மா விஷ்ணு ருத்ர மஹேஸ்வராய நமஹ"

என்ற மந்திரத்தை ஆறு முறை உச்சரி. இந்த மந்திரத்தால் உன் இந்திரியங்கள் பவித்திரம் பெறுகின்றன. உன் மனத்தை , கற்பனைக்குழாய் வழியே உன் நெஞ்சுப்பகுதிக்குக் கொண்டுவா. இப்போது நீ உன் இந்திரியங்களைத் தெளிந்து பெற்ற திறன் உன் உணர்ச்சிகளால் கிரிஹித்துக் கொள்ளப்படுகிறது. உன் மனத்தை அங்கேயே இருத்திச் சற்று நேரம் எல்லையற்ற பிரம்மத்தைக் குறித்துத் தியானம், செய்.

இப்போது மீண்டும் உன் விழிகளின் ஒளிக்கோடுகளால் கற்பனைக் குழாய் வழியே உன் மனத்தை உன் தொண்டைப் பகுதிக்குத் தூக்கி வா. அப்போது,

3. "ஓம் ஹ ஹீ ஹூ ஒ ஹோ நமஹ"

என்ற மந்திரத்தை ஆறு முறை உச்சரி. இந்த மந்திரத்தை உச்சரிப்பதால் ராகத்வேஷசுத்தி ஏற்படுகிறது. அதாவது, உன் உணர்ச்சிகள், உன் விருப்பு வெறுப்புகள் பவித்திரமாகின்றன. உன் மனம் , தொண்டைப்பகுதியைச் சேரும் போது நீ உணர்ச்சிகளைத் தெளிந்து பெற்ற திறன், எதையும் புரிந்து கொள்ளும் திறனால் கிரஹித்துக்கொள்ளப்படுகிறது. உன் மனத்தைக் கற்பனைக் குழாயில், உன் தொண்டையின் நடுப்பகுதியில் இருத்தி, எல்லையற்ற பிரம்மத்தைச் சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் விழிகளின் தீட்சண்யமான ஒளிக்கோடுகள் இரண்டாலும் உன் கற்பனைப் பிரஞ்ஞைக் குழாய் வழியே உன் 'மனத்தைத்' தொண்டையிலிருந்து நாக்கின் நடுப்பாகத்துக்குக் கொண்டுவா. அப்படி மேலேற்றும் போது நீ ஆறு முறை உச்சரிக்க வேண்டிய மந்திரம்.

4. "ஓம் ஹ்ரீம் ஸீம் க்லீம் ஸௌம் நமஹ."

இந்த மந்திரம் அந்தக்கரண சுத்திக்காகக் கொடுக்கப்பட்டுள்ளது; பெருமை, கவனமின்மை போன்றவை மறைந்துவிடும். உன் 'மனம்' நாக்கின் நடுப்பாகத்தைச் சேரும் போது, எதையும் புரிந்துங்கொள்ளும் உன் திறன் எது சரி, எது தவறு என்பதை அறியும் திறனால் கிரஹித்துக் கொள்ளப்படுகிறது. உன் 'மனத்தை' கற்பனைக் குழாயில் உன் நாவின் நடுப்பகுதியில் இருத்தி எல்லையற்ற பிரம்மத்தைச் சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் விழிகளின் ஒளிக்கோடுகள் இரண்டாலும், பிரக்ஞைக்குழாய் வழியே உன் 'மனத்தை' நாக்கின் நடுப்பாகத்திலிருந்து மேலேற்றி உன் நாசியின் நுனிக்கு எடுத்து வா. அப்படிச் செய்யும்போது நீ ஆறு முறை. உச்சரிக்க வேண்டிய மந்திரம்,

5. "ஓம் லம் வம் ரம் யம் ஹம் நமஹ."

இந்த மந்திரம், எது சரி, எது தவறு என்று அறியும் உன் திறனைப் பவித்திரமாக்குகிறது, திரிகுண சுத்தி ஏற்படுகிறது.

உன் 'மனத்தை, நாசியின்' நுனிக்கு எடுத்து வந்ததும், நாசியின் நுனியைத் தன் ஸ்தானமாகக் கொண்டுள்ள உன் 'லட்சியம் அல்லது குறிக்கோள்,' எது சரி, எது தவறு என்று அறியும் உன் திறனைக் கிரஹித்துக் கொள்கிறது. உன் 'மனத்தை' நாசியின் நுனியில் இருத்தி எல்லையற்ற பிரம்மத்தைக் குறித்துச் சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, மீண்டும் உன் விழிகளின் ஒளிக்கோடுகள் இரண்டாலும், அந்தக் கற்பனைக் குழாய் வழியே உன் 'மனத்தை' உன் நாசியின் நுனியிலிருந்து மேலேற்றி உன் புருவ மத்திக்குக் கொண்டுவா. அப்படிச் செய்யும் போது நீ ஆறு முறை உச்சரிக்க வேண்டிய மந்திரம்.

6. "ஓம் சிவாயவசி சிவாய நமஹ."

இந்த மந்திரம் உன் லட்சியத்தைப் பவித்திரமாக்குகிறது. உன் 'மனத்தைப்' புருவ மத்திக்குக் கொண்டுவந்ததும் உன்னுடைய 'லட்சியம்,' உன் 'கவித்துவத்தால்' கிரஹித்துக்கொள்ளப்படுகிறது. உன் புருவ மத்தியில் மனத்தை நிறுத்தி எல்லையற்ற பிரம்மத்தைச் சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, மீண்டும் உன் மனத்தை மேலேற்றி நெற்றியின் மையத்துக்குக் கொண்டு வா. அப்படிச் செய்யும் போது,

7. "ஓம் சிவ சரணம்"

என்ற மந்திரத்தை ஆறு முறை உச்சரி. இந்த மந்திரம் பிந்து மய சுத்திக்காகச் சொல்லப்படுகிறது. அதாவது, உன் 'கவித்துவம்' பவித்திரமாகிறது. நெற்றியின் மையத்தைத் தன் ஸ்தானமாகக் கொண்டுள்ள 'நினைவாற்றல்', உன் 'கவித்திறனை' கிரஹித்துக்கொள்கிறது. நெற்றியின் மையத்தில் உன் 'மனத்தை' நிறுத்தி எல்லையற்ற பிரம்மத்தைக் குறித்துச் சிறிது நேரம் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் மனத்தை அந்தக் கற்பனைக் குழாயில் சற்றுப் பின்னோக்கித் தள்ளி ,உன் மூளையின் அடிப்பாகத்துக்குக் கொண்டுவா. அப்படிச் செய்யும் போது நீ ஆறு முறை சொல்ல வேண்டிய மந்திரம்,

8. "ஓம் சிவ சிவா போற்றி"

இந்த மந்திரத்தால் உன் 'நினைவாற்றல்' பவித்திரமாகிறது. அதாவது, 'நாதமய சுத்தி,' ஏற்படுகிறது. உன் மூளையின் அடிப்பாகத்தைத் தன் ஸ்தானமாகக் கொண்டுள்ள விவேகம் தனக்கு முந்தைய ஸ்தானத்தில் நிலை கொண்டிருந்த 'நினைவாற்றலை' கிரஹித்துக்கொள்கிறது. உன் 'மனத்தை' மூளையின் அடிப்பாகத்தில் இருத்திச் சற்று நேரம் எல்லையற்ற பிரம்மத்தைத் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் 'மனத்தை' அங்கிருந்து மூளையின் நடுப்பகுதிக்கு உன் விழிகளின் ஒளிக்கோடுகளால் இடுக்கியைப் போல் பிடித்துத் தூக்கி வா. அப்படிச் செய்யும் போது நீ ஆறு முறை சொல்ல வேண்டிய மந்திரம்

9. "ஓம் சிவ சிவ நமஸ்தே நமஸ்து."

இந்த மந்திரத்தைச் சொல்வதால் உன் விவேகம் பவித்திரமடைகிறது. இதைத்தான் 'கலாமய சுத்தி' என்றழைக்கிறார்கள். மூளையின் நடுப்பகுதியைத் தன் ஸ்தானமாகக் கொண்ட 'புத்தி,' தனக்கு முந்தைய ஸ்தானத்தைச் சேர்ந்த 'விவேகத்தை' கிரஹித்துக்கொள்கிறது. இந்த இடத்தில் உன் மனத்தை இருத்திச் சற்று நேரம் எல்லையற்ற பிரம்மத்தைத் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் மனத்தை, அந்தக் கற்பனைக் குழாய் வழியாக மூளையின் நடுப்பகுதியிலிருந்து மூளையின் மேற்பகுதிக்கு விழிகளின் ஒளிக்கோடுகளால் பிடித்துத் தூக்கி வா. அப்படிச் செய்யும் போது நீ ஆறு முறை சொல்ல வேண்டிய மந்திரம்

10. "ஓம் அஹம் ஏவ பிரம்மா
சிவ சிவ சிவ ஐக்கிய அர்ப்பண நமஹ"

இந்த மந்திரம் உன் புத்தியைப் பவித்திரமாக்குகிறது. இதைத் 'தத்பரமய சுத்தி' என்று அழைக்கிறார்கள். உன் மூளையின் மேற்பகுதியைத் தன் ஸ்தானமாகக் கொண்டிருப்பது 'அறிவு' எனும் திறன். உன் மனம் இந்த ஸ்தானத்தை அடைந்ததும், உன் 'புத்தி' 'அறிவால்' கிரஹித்துக் கொள்ளப்படுகிறது. இந்த இடத்தில் உன் 'மனத்தை' நிறுத்தி, எல்லையற்ற பிரம்மத்தைக் குறித்துத் தியானம் செய்.

பிறகு, உன் கபாலத்தின் நடுப்பகுதிக்கு உன் மனத்தை எடுத்து வா. அதுவே பிரம்ம ரந்திரம்; ஞானத்தின் இருப்பிடம். அப்படிக் கூட்டி வரும் போது நீ ஆறு முறை சொல்ல வேண்டிய மந்திரம்.

11. "ஓம். சிவ. சிவ. சிவ. சிவ. சிவாய. நமஹ சம்போ. சிவோஹம்"

இந்த மந்திரத்தைச் சொல்வதால் பரமய சுத்தி ஏற்படுகிறது. அதாவது, உன் 'அறிவுத்திறன்' பவித்திரமடைகிறது. கபாலத்தின் நடுப்பகுதியில் உன் 'மனத்தை' இருத்தும் போது அதைத் தன் இருப்பிடமாகக் கொண்ட ஞானம் உன் 'அறிவுத்திறனை' கிரஹித்துக்கொள்கிறது.

இதுவரை உன் பிரக்ஞையை ஒரு குழாயாகப் பாவித்து வரம்புகளுக்கு உட்படுத்தியிருந்தாய் அல்லவா? இங்கே, பிரம்மரந்திரத்தை அடையும் போது, உன் பிரக்ஞை வேறொரு பரிமாணம் எடுக்கிறது. அதாவது, உன் பிரக்ஞை (consciousness) வரம்புகள் தவிர்ந்து ஞான ஆகாசமாகிறது. நான் கூறுவது உனக்கு விளங்குகிறதா?

சீடன்: பிரமிப்பாக இருந்தாலும் விளங்குகிறது.

குரு: பரிசுத்த ஜீவாத்மாவான இந்த ஞான ஆகாசம் என்னால் கிரஹித்துக் கொள்ளப்படுவதற்கு நீ சொல்லவேண்டிய மந்திரம் இதோ:

12. சிவ சிவ சிவோஹம்
சிவ சிவ சிவ சிவ சிவ சிவ சிவோஹம்
பிரம்மோ ஹம்
ஞானோ ஹம்
ஆகோஷோ ஹம்
சூன்யோ ஹம்
வ்யாபகோ ஹம்
ஆனந்தோ ஹம்
லயோ ஹம்
பூதோ ஹம்
ரக்ஷிதோ ஹம்
சாந்தோ ஹம்
சுத்தோ ஹம்
நித்யோ ஹம்
ப்ரணவோ ஹம்
நிராகாரோ ஹம்
உக்ரோ ஹம்
க்ருபாகரோ ஹம்
ஏகோ ஹம்

நீ இனி இயற்கையைச் சார்ந்த ஜீவாத்மா இல்லை. உன் ஆத்மபிராணன் இந்திரியங்களாலோ, விருப்பு வெறுப்புகளாலோ, சரி, தவறு என்பவற்றாலோ, கோட்பாடுகளாலோ கவித்துவத்தாலோ, நினைவாற்றலாலோ, விவேகத்தாலோ, புத்தியாலோ, அறிவாலோ ஆளப்பட முடியாது. இனி எல்லையற்ற பரமாத்மாவாகிய நானே நீ.

நீ தொடர்ந்து இப்படியிருக்க வேண்டுமானால் நீ உன் பிரம்மரந்திரத்தில் வைத்திருக்கும் உன் மனத்தை , மீண்டும் கீழேயுள்ள குண்டலீ ஸ்தானத்துக்கு. வேகமாக ஒரு நொடியில் இறக்கி (கற்பனைக் குழாய் வழியாகவே) மீண்டும் ஒரே நொடியில் பிரம்மரந்திரத்தை அடையும்படி செய். பிறகு உன் மனத்தை பிரக்ஞைக் குழாயின் உச்சியில் இறுகக் கட்டிப்போடுவதாக பாவனை செய். இந்தப் பயிற்சியை இந்த நிலைவரை செய்வதற்கு சுமார் இருபது நிமிடங்களாகும். இப்போது உன் மனம் அசைவற்று இருக்கிறது. இப்போது உன் விழிகளின் தீட்சண்யமான ஒளிக் கோடுகள் இரண்டும், பிரம்மரந்திரத்தில் அசைவற்று இருக்கும் உன் 'மனத்தை'த் தொட்டிருக்குமாறு பாவனை செய். இப்போது ஒரு முக்கோணம் உருவாகிறது. முக்கோணத்தின் உள் முனையில் (கபாலத்தின் மையத்தில்) மனமும், வெளி முனைகளாக விழிகள் இரண்டும் அமைகின்றன. விழிகளிலிருந்து வெளிப்பட்ட தீர்க்கமான ஒளிக்கோடுகள் முக்கோணத்தின் இரண்டு பக்கங்களாக அமைந்து மனத்தில் முடிகின்றன.

இப்போது உன் தலையை உன் உடலிலிருந்து கழற்றுவதாக பாவனை செய்துகொள்.

சீடன்: தலையைக் கழற்றுவதாகவா?

குரு: ஆம். கண்கள், காதுகள், நாசி, வாய், உன் மூளை இன்னும் அது சம்பந்தப்பட்ட எல்லாவற்றோடும் உன் தலையை உன் உடலிலிருந்து கழற்றி கீழே வைப்பதாகத் தீவிரமாகக் கற்பனை செய். உன் தலையிருந்த இடத்தை இப்போது வரம்புகளுக்குட்படாத ஞான ஆகாசம் நிரப்புகிறது. இந்த ஞான ஆகாசம் இருளும் இல்லை, ஒளியும் இல்லை. இதற்கு நிறமும் இல்லை, வடிவும் இல்லை.

இது முழுமையானது, எங்கும் நிரம்பியது; ஆனால், இது சூன்யம். இதுவே சுத்த சைதன்யம். இது மட்டுமே சாட்சி. இது மட்டுமே முடிவில்லாத ஆனந்தம்.

இந்த வரம்புகளுக்குட்படாத ஞான ஆகாசத்தில் ஒரு மையத்தைக் கற்பனை செய்து, அதற்குக் கீழே பூமி தன் ஜீவராசிகளுடன் மிதந்து கொண்டிருப்பதாக பாவனை செய். மையத்துக்குச் சற்று மேலே, வலதுபுறம் சூரியனும், இடதுபுறம் சந்திரனும், மேற்புறத்தில் பிற கோள்களும், நட்சத்திரங்களும் சுழன்றுகொண்டிருப்பதாகவும் தீர்க்கமாக பாவனை செய். நான் கடைசியாகச் சொல்லிக்கொடுத்தேனல்லவா,

"சிவ சிவ சிவோஹம்," என்று தொடங்கும் மந்திரம், அதை மீண்டும் மீண்டும் ஓடவிட்டு, வரம்புக்குட்படாத ஞான ஆகாசம், சூரியனையும், சந்திரனையும், கோள்களையும், விண்மீன்களையும் ஊடுருவி, அவற்றையும் கடந்து, வெளியாகப் பரவிக்கொண்டேயிருப்பதாக பாவனை தொடரட்டும்.

இந்தப் பயிற்சியால் முழுச் சூன்யமாகவே நீ கரைந்து போகலாம். 'தான்' என்பதில்லாத தூய பிரக்ஞையாகவே பரவிப் பரிசுத்தமான சைதன்யமாகலாம். அந்த நிரந்தரமான அனுபவத்தில் இந்த அண்டசராசரத்தைப்பற்றிய ரகசியங்கள் தவிர்ந்து போகும்.

இந்த ஞான ஆகாசத்தைத் தவிர எல்லாமே மாயையின் தோற்றங்கள். அந்தத் தோற்றங்களையெல்லாம் மாயையென்று புறம் தள்ளு.

சீடன்: இந்தப் பயிற்சியை எப்போது செய்ய வேண்டும்?

குரு: இந்தப் பயிற்சியை விடியற்காலையில் பிரம்ம முகூர்த்தத்தில் செய்யலாம். 45 நாட்கள் இதை விடாமல் தொடர்ச்சியாகச் செய்பவன், சித்த புருஷனாவான்– (adept) அவன் ஞான ஆகாசமே. அவனுக்கென்று தனிப்பட்ட குணமெதுவும் இருக்காது; சர்வமும் அவனுக்குள் அடக்கம்.

* * * * * * * *

- யாவற்றையும் தன்னுள் அடக்கிய, புனிதமும் தயையுமான முழுமுதற் சக்தி ஒன்று உள்ளது. இதை வெவ்வேறு மதங்கள் வெவ்வேறு பெயரிட்டு அழைக்கின்றன.

- மதங்கள் அனைத்தும் ஒரே இலக்கை நோக்கிச் செல்கின்றன. எனவே எல்லா மதங்களும் சமமான மரியாதைக்குறியவை.

- இடையில் எந்த வேடத்தைப் பூண்ட போதிலும் ஒவ்வொரு ஆன்மாவும், முதலிலும், முடிவிலும் பரிசுத்தமானதே.

- எங்கும் நிறைந்த பரம்பொருளை உணர்ந்துகொள்ள மனிதன் மேற்கொள்ளும் பயணத்தில் அவனைத் துரிதப்படுத்துவதற்கான வழிமுறைகள் உள்ளன. இந்தப் பாதையில் நேர்மையுடன் முயற்சி செய்பவனுக்கு தெய்வப் பாதுகாப்பும் உதவியும் உண்டு.

ஆனந்த் ஜோதி